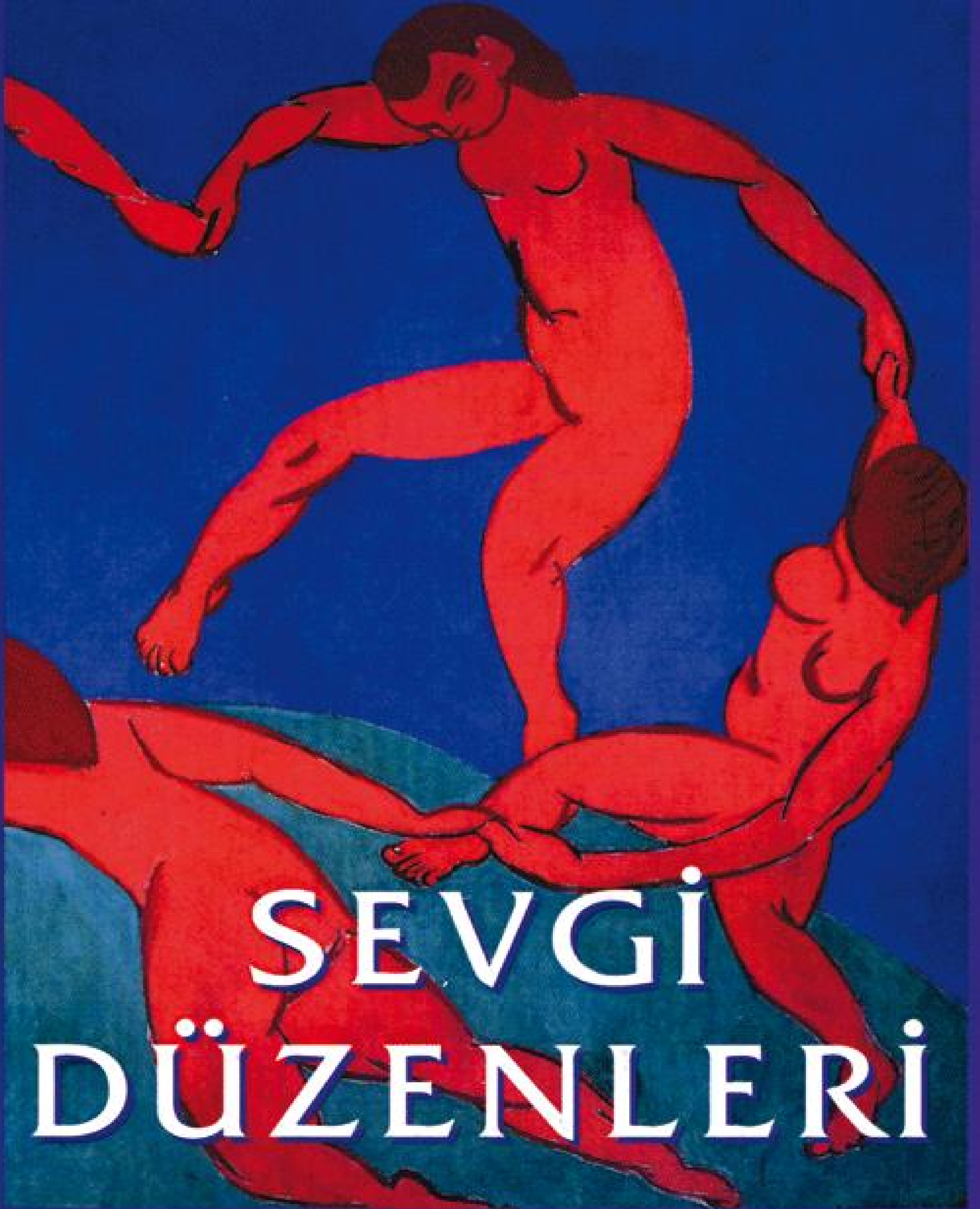
BERT HELLINGER



SEVGİ DÜZENLERİ

SİSTEM YAYINCILIK

SEVGİ DÜZENLERİ

Bert Hellinger

Kitabın Özgün Adı

Ordnungen der Liebe

Sistem Yayıncılık
Psikoloji Dizisi
Genel Yayın Yönetmeni: Erdoğan Yenice
Almanca'dan Çeviren: Seda Toksoy
Yayına Hazırlayan: Ayser Ali
Sayfa Düzeni: İlknur Efe
Kapak: Henri Matisse, Dans (detay)

e-kitap: Haziran 2010
SİSTEM YAYINCILIK VE MAT. SAN. TİC. A.Ş.
SİSTEM KİTABEVİ
Tarlabaşı Bulvarı, Şehit Muhtar Mah., Utarit Sok., No: 7
Taksim - Beyoğlu / İstanbul
Tel: (212) 293 83 72 pbx Fax: (212) 293 66 71
E-posta: sistem@sistem.com.tr
www.sistem.com.tr

Önsöz

Bert Hellinger'in Kabul Etmenin Özgürlüğü'nden sonra, psikoterapist dağarımda apayrı bir yeri olan Sevgi Düzenleri'nin de dilimize kazandırılmasından büyük mutluluk duyuyorum. 1999'da Türkiye'ye döndüğümde Bert Hellinger'in kurup geliştirdiği Aile Dizimi yönteminin ülkemizde psikoterapi çevrelerinde dahi tanınmaması beni çok şaşırtmıştı. Diğer yandan, uluslararası Bert Hellinger enstitülerinin bir üyesi olarak, tüm dünyada büyük ilgi gören Aile Dizimlerini ve sistemik-fenomenolojik psikoterapiyi, kuracağım Türkiye Enstitüsünde uygulama ve uzmanlara da öğretme düşüncesi heyecan vericiydi.

Geçen süre içinde, Enstitü ve bu kitabın da konusunu oluşturan Aile Dizimleri ile uyguladığımız psikoterapiler, danışanlardan ve uzmanlardan büyük ilgi gördü. Geçtiğimiz Eylül ayında Bert'in davetimizi kırmayarak Türkiye'ye gelmesi ve engin birikimini Aile Dizimlerinde kalabalık bir izleyici grubuyla paylaşması özellikle benim açımdan gurur vericiydi. Aile Dizimleri dünyada olduğu gibi artık Türkiye'de de yaşama, bedene ve ruha ait sorun, hastalık ve krizlerin çözümünde bir fenomen olma yolunda hızla ilerliyor.

Sevgi Düzenleri, Avrupa'da ilk yayınlandığında sadece uzmanların yoğun ilgisiyle karşılanmıştı. İzleyen baskıları ise psikoterapi dışından okurların çığ gibi büyüyen ilgisiyle karşılaştı. Sanıyorum bu büyük ilginin temelinde Hellinger'in yaklaşımının etkin yalınlığı yatmakta. Dişe dokunur bir sonuç vermeksizin yıllar boyu sürüp giden terapi seanslarının, çoğu insanın psikoterapiye inancını sarstığı bir dönemde, Hellinger'in yaklaşımı insana taptaze ve güçlü bir soluk sunuyor. Gücünü insan ruhunun derinliklerinden alan bu yöntem, etkili, kalıcı sonuçlara çok kısa sürede ulaşma özelliğine sahip. Aile, bağ, düzen, alma-verme dengesi gibi, yüreğimizin derinliklerinde hiçbirimizin yabancısı olmadığı temel kavramlara dayanıyor. Hellinger'in bakış biçimiyle şekilleniyor. Teorilerin, ideolojilerin, "hazır fikirlerin" ötesinde doğrudan ve sadece olguya yönelen, açık, korkusuz ve yansız bir bakış bu. Mütevazı ve bilgece.

Kitabın yayınlanma fikrine baştan beri sıcak bakan ve mümkün kılan Sistem Yayıncılığın kurucusu Sayın Erdoğan Yenice'ye, ilgisi ve yakınlığıyla destek olan Sosyal Kitaplar Yayın Yönetmeni Sayın Çağlayan Erendağ'a ve elbette sevgili Seda Toksoy'a içten teşekkürlerimi sunuyorum; Hellinger'in İstanbul dizimleri sırasında da tercümanlığını yapan (Bert'in ona taktığı isimle Stimme des Himmels –Göğün Sesi) Seda, gereksindiği enerjiyi tam da bu kitabın gösterdiği kaynaktan, ruhunun derinliklerinden alarak çeviriyi tamamladı.

Sevgili okurlar, Sevgi Düzenleri'ni okurken kendinizi Hellinger'in aile, evlilik, kadın-erkek ilişkisi, hastalık ve ölüm ile ilgili düşüncelerindeki derinliğe bıraktığınızda bunun yaşamınızda oluşturduğu dönüştürücü etkiyi keyifle deneyimleyeceğinize inanıyorum.

Sevgi Düzenleri'nin ülkemizde de bir çok uzmanın baş ucu kitabı olacağını ise inanmaktan da öte, biliyorum. Ruhsal kilitlenmelerin acısını çeken, ancak terapi alma olanağı bulamayan kişilere de bu kitabın bir çözüm ve içsel barış sunmasını, ruhlarının özgürleşmesinde bir araç olmasını diliyorum.

Sevgili dostum, hocam Bert'e de Türk okurlar adına, insanlığa, ailelere ve psikoterapiye yaptığı ve yapacağı eşsiz katkılarından ötürü saygıyla teşekkür ediyorum.

Dr. Mehmet Zararsızoğlu
Psikoterapist,
Bert Hellinger Türkiye Enstitüsü Başkanı

Giriş

Sevgi Düzenleri, son yıllarda psikoterapinin sınırlarını çok aşarak pek çok insana gündelik yaşamda yardımcı olan bir temel kitap niteliği kazandı. Beşinci baskısının ardından, genişleyen okur kitlesini gözetecek şekilde elden geçirmenin zamanı gelmişti. Kimi yerleri kısaltıldı, bilgi yolu konulu bölümde olduğu gibi yer yer de genişletildi. Eklenen bu yeni bölüm, kilitlenmeleri çözen, iyileştirici olan içgörüyü gerçeğe yansız bakışla kazanma yolunu gösteriyor bize.

Kitabın konusu, sevginin, insan ilişkilerinde verili halde mevcut olan düzenleri. Sevgiye ancak bu düzenleri tanıyarak ulaşabiliriz. Kör, bilgi yoksunu, bu düzenleri tanımayan sevgi, bizi çoğu zaman yanılgıya sürükler. Ama eğer sevgi düzenleri tanır ve gözetirse, özlemini çektiğimiz şeyin yolunu açar. Bu durumda hem bizde hem de çevremiz üzerinde rahatlatan, iyileştirici bir etkisi olacaktır.

Bu kitapta üç terapi kursu aslına sadık olarak yer almaktadır. Bunlardan ilki, hemen hemen baştan sona, diğeri bölümler halinde, üçüncüsü ise çok az kısaltılarak yayına hazırlanmıştır.

“Kilitlenmeler ve çözümleri”ni konu alan ilk kurs bir doğrudan deneyim ve ileri eğitim kursu idi. Kitaba hemen hemen bütünüyle alındı.

Bu kurs, aile dizimine giriş niteliği taşıyor ve aile dizimi yardımıyla aile ve yer aldığımız toplulukta başka insanların alınyazılarıyla nasıl kilitlendiğimizi, bu kilitlenmenin nelere yol açtığını gün yüzüne çıkarıyor. Ancak her şeyden önce ortaya çıkardığı, bir kilitlenmenin çözümünün ne zaman, nasıl ve hangi yasalar doğrultusunda başarıldığı.

Aile dizimi, aile ve topluluklarda herkes için geçerli olan bağ ve denge gereksiniminin hiçbir bireyin dışlanmasına tahammülü olmadığını katılımcının gözleri önüne seriyor. Aksi taktirde dışlanan bireylerin alınyazıları, kendilerinden sonra gelenler tarafından ve onlar bunun bilincinde olmaksızın tekrarlanarak sürdürülüyor. Kilitlenme ile ifade edilen de bu.

Ancak, dışlananlara topluluğa ait bireyler olarak kalanlar tarafından değer verildiğinde sevgi ve saygı, onlara yapılan haksızlığı dengeliyor, alınyazılarının tekrarlanma zorunluluğu da ortadan kalkıyor. Çözüm ile ifade edilen de bu.

Kilitlenmenin ardında bir düzen var. Buna göre kötünün kefareti kötü ile ödenmek zorunda ve masum “küçük”, suçlu “büyüğün” sorumluluğunu üstlenerek onun cezasını çekiyor. Buna karşılık çözüm, denge gereksiniminin iyileştirici bir şekilde yerine getirildiği başka bir düzeni izliyor. Burada söz konusu olan,, ilki sağlıksız, ikincisi iyileştirici olan “sevgi düzenleri”.

İkinci kurs, aile danışmanları içindi. Bu kurstan yalnızca belirli bölümler seçildi. Bunlar, yalnızca ana ya da babası olan veya her ikisi de olmayan çocukların nereye ait olduğunu ve ebeveynin çocuklarını başka bir ana babaya evlatlık vermesinin ya da bir yabancının ortada zorunluluk olmaksızın bir çocuk evlat edinmesinin sonuçlarını gösteren bölümler.

Üçüncü kurs hastalar, terapistler ve doktorlar için düzenlenmişti. Bu kurs sırasında hastalar yüzlerce gözlemci katılımcı önünde köken aileleri ve güncel ailelerinin dizimini yapma olanağı buldu. Bu dizimlerin, dizimleri yapanlar kadar dizimlere katılanlar ve izleyiciler için de ortaya koyduğu, aile ve topluluğun kader ortaklığında ağır hastalıklar, kazalar ya da intiharlara yol açanın ne olduğu ve böylesi alınyazılarını neyin dönüştüreceği oldu.

Elinizdeki, pek çok açıdan bir çalışma kitabı:

- Seçilmiş terapi kursları aslına sadık bir şekilde aktarıldı. Bu şekilde okur, kendisi de oradaymış gibi çözüm arayışına katılabilir. Böylelikle belki kendisi için de krizlerden çıkış yolları, ruhsal kökenli hastalıklardan iyileşme olanağı bulabilecektir.
- Diğer yandan, kitapta önemli terapötik adımlar gösteriliyor ve açıklanıyor. Öncelikle, kilitlenmeleri yalın bir şekilde gün yüzüne çıkaran ve çözümlerini gösteren aile dizimleri için geçerli bu. Ancak açıklamalar bunun yanı sıra, anne ya da babaya geçmişteki yönelimi yeniden ele almayı da içeriyor. Bu şekilde, kayıp ve ayrılıkların yol açtığı önceki korku ve yaralar iyileşiyor ya da hafifliyor.

- Bunların dışında, burada açıklanan düzenlerin kavranmasında izlenen bilme yolunu merak edenler, sorularının yanıtını kitabı okurken kendilerinde deneyimleyebilirler: Çözüm ya da iyileşme getiren içgörünün yalnızca yoğunlaşmış bakıştan, karanlıkta çakan şimşek benzeri aniden çıkması ve hedefini bulmasıdır bu (fenomenolojik psikoterapi).

Katılımcıların adları değiştirildi, yer adları silindi.

Aile dizimleri her aşamasında grafik olarak da gösterilmekte. Ara bölümlerde terapötik yaklaşım biçimi ve tekrarlayan kalıplar açıklanıyor; kimi zaman araya bir öykü konuyor ve dağılmış olan konu toparlanıyor. Kitabın sonunda Norbert Linz ile yapılan bir söyleşi ("Bir dosta sorular") burada açıklanan hareket biçimimin daha iyi anlaşılmasına yardım ediyor. Bu söyleşide terapi alanında geçirdiğim aşamalar belirtiliyor; önemli adımların ardındaki, belki kimileri için güç anlaşılır olabilecek görüş ve hedeflerim açıklanıyor.

Sevgili Okurlar, bu kitabın size sevinç, sevgi düzenleri konusunda içgörü ve sevgi düzenlerini tanımanın güvenini getirmesini diliyorum.

Bert Hellinger

Teşekkürler

Pek çok dostuma öneri ve yardımlarından ötürü teşekkür etmek istiyorum.

Dr.Gunthard Weber ve Dr.Norbert Linz, bu kitabın kaleme alınmasının bütün aşamalarında yanımdaydılar, veri yığınını anlaşılır bir şekilde düzene sokup sunana kadar da yakamı bırakmadılar…

Verilerin bir araya getirilmesinde Prof. Dr. Michael Angermaier ile Heinrich Breuer'in yardımlarını aldım. Kitapta yer alan ilk kursu hazırlayarak video kaydını gerçekleştirdiler. İkinci kursu Friedrich Fehlinger, üçüncüsünü ise Verena Nitschke kayda geçirdi.

Metin üzerinde düzeltmeler yaparak pek çok öneriyle tamamlayanlar: Prof. Dr. Michael Angermaier, Felizitas Betz, Heinrich Breuer, Dr. Otto Brink, Dr. Marianne Krüll, Jakob Schneider ve Dr.Gunthard Weber.

Son okumayı Dr.Norbert Linz yaptı. "Bir dosta sorular" bölümündeki söyleşiyi yapan da odur.

Tümüne yürekten teşekkür ediyorum.

Özellikle de karım Herta'ya. Bu çalışmanın gerektirdiği serbestiyi sağladı bana ve çalışmama sabır ve bilinçle eşlik etti.

Bert Hellinger

Vazgeçişle Gelen İçgörü

Bir öyküyle başlayalım:

Bilgi

Adamın biri artık bilmek istediğine karar verir. Atladığı gibi bisikletine, doğaya açılır, insanların oturduğu yerlerden uzakta başka bir yol bulur.

Yol işareti yoktur burada, böylece gözleriyle gördüğüne, adımlarıyla kat ettiğine güvenir. Yelkenlerini dolduran, kâşif sevincidir sanki; önceleri bir sezgiden ibaret olan, kesinliğe kavuşmuştur.

Ama bu yol gelir, geniş bir ırmağa kavuşur. Bisikletinden iner adam. Yoluna devam etmek istiyorsa çünkü, yanında nesi var nesi yoksa kıyıda bırakmak zorundadır, bilir. Ayaklarının altındaki sağlam zemini yitirmiştir. Gücü kendisinden daha fazlasına eren bir kuvvet taşıyacaktır bundan böyle onu. Güvenmek zorunda olduğu bir kuvvet. Duraksar, geri çekilir.

Gerisin geriye, evinin yoluna koyulduğunda işe yarar pek az şey bildiğinin farkına varır. Bir de, bildiğini başkalarına pek zor iletebileceğinin. Bisikletlinin tekinin peşine takılan o adam gibi olmuştur çoğu zaman. Bisikletlinin peşinden giden bu adam, öndekine seslenir, “Baksana! Çamurluğun takırdayıp duruyor!” “Ne?” der beriki. “Çamurluğun diyorum, takırdıyor!” “Seni işitemiyorum” der bisikletli, “Çamurluğum takırdıyor da!”

“Bir şeyler yanlış oldu” der kahramanımız. Frene asıldığı gibi geri döner.

Çok geçmeden yaşlı bir öğretmene rastlar. Sorar ona: “Başkalarına nasıl yardım ediyorsun? Sana çoğu zaman pek az bildiğin şeyler hakkında öğüt isteyenler geliyor. Ama kendilerini bunun ardından daha iyi hissediyorlar.”

“Sorumlusu bilgi değildir” diye yanıtlar öğretmen, “insan yolunun orta yerinde durur, ilerlemeye devam etmek istemezse. Yüreklilik ve özgürlük

gereken yerde, doğru olanın kendisine hiçbir seçenek bırakmadığı yerde güvenlik peşindedir o çünkü. Böylece döner durur kendi çevresinde.

“Oysa öğretmen bahanelere de görünüşe de direnir. İç merkezini arar ve orada yoğunlaşmış, bekler. Yelkenini rüzgâra açmış biri gibi. Etkisini gösterecek bir sözcüğün kendisine ulaşmasını bekler böylece. Diğeri gelip onu kendi olması gereken yerde bulduğunda ise yanıt her ikisi içindir. Her ikisi de dinleyicidir.”

Ve ekler: “İç merkez kolayca hissedilir.”

Bilginin bilimsel ve fenomenolojik yolu

İnsanı kavrayışa götüren iki hareket vardır. Bunlardan birisi hızlı adımlarla ilerler ve o ana dek bilinmeyeni ele geçirip kullanılır hale getirecek kadar kavramak ister. Bilimsel çaba bu türe girer. Onun dünyamızı ve yaşamımızı ne kadar değiştirdiğini, güvence altına aldığını, zenginleştirdiğini biliyoruz.

Diğer bir hareket ise, hızlı adımlarla ilerleyen çabaya ara vererek bakışımızı belirli, kavranabilir bir şeyden çekip bütüne yönelttiğimizde oluşandır.

Bakış, önündeki birçok şeyi aynı anda algılamaya hazırdır. Kendimizi bu harekete bıraktığımızda, sözgelimi bir manzara, bir görev ya da sorun karşısındayken bakışımızın aynı anda dolduğunu ve boş olduğunu fark ederiz. Çünkü insanın kendisini doluluğa bırakması ve buna dayanabilmesi ancak önce tekil olanı göz ardı etmesiyle mümkündür: Hızla ilerleyen hareket ortasında durup doluluk ve çeşitlilik karşısında ayakta kalabilecek o boşluğa erişene dek biraz geri çekiliriz.

Bu önce duran, ardından geri çekilen hareketi ben fenomenolojik olarak adlandırıyorum. Bu hareket, hızlı adımlarla ilerleyen bilme yoluna kıyasla daha farklı anlayışlara yol açar. Bununla birlikte bu ikisi birbirini tamamlar. Çünkü hızla ilerleyen bilimsel bilme hareketi sırasında da zaman zaman durmak ve bakışımızı dar açıdan geniş açıya, yakından uzağa doğru açmak zorundayız. Aynı şekilde fenomenolojik olarak edinilmiş kavrayış da tekil ve yakın bir sınama gerektirir.

Süreç

Fenomenolojik bilme yolunda olgu çeşitliliğinden oluşan bir alana, olgular arasında seçim ya da değerlendirme yapmaksızın açılırız. Bilmenin bu yolu aynı zamanda hem o ana dek edindiğimiz kanılar, hem de duygusal, iradeye ilişkin ya da yargılayıcı iç hareketlerden boşalmamızı gerektirir. Bu sırada dikkat aynı anda hedefe yönelik ve hedefe yönelmemiştir, yoğunlaşmış ve boştur.

Fenomenolojik tavır, eylem içermeyen, sivrilmiş bir harekete geçme hazırlığı gerektirir. Bu sivrilmiş ilgi ile algılamaya son derece açık ve hazır hale geliriz. İlginin bu türünün gerilimine dayanabilen, bir süre sonra alandaki çokluğun bir orta noktada toplanmasını, yoğunlaşmasını deneyimler. Ve bir anda bir bağlamın bilincine varır. Bu belki bir düzendir, gerçektir ya da uzaklara götürecek bir adımdır. Bu kavrayış adeta dışarıdan gelmektedir, bir armağan olarak deneyimlenir ve kural olarak sınırlıdır.

Vazgeçiş

Bu şekilde deneyimlenen kavrayışın ilk koşulu niyetsizliktir. Niyet güden, kendini gerçeğe aktarır, önceden belirlenmiş bir resme göre onu değiştirmek ister belki, belki de başkalarını bu resme dayanarak etkilemek ve ikna etmek ister. Ancak bu şekilde gerçeğin karşısında daha üstün bir konumdaymış, gerçek sanki bu kişinin öznesinin bir nesnesiymiş gibi davranır; kendisi gerçeğin nesnesi gibi davranmaz. Niyetlerimizden, hatta iyi olanlarından bile vazgeçtiğimizde bizden talep edilen vazgeçişin ne olduğu burada açıkça görülüyor. Bunun dışında sağduyu da bizden vazgeçiş ister. Çünkü deneyimin de gösterdiği gibi, iyi niyetle, hatta niyetlerin en iyisiyle bile yaptıklarımız çoğu zaman başarısızlıkla sonuçlanır. Niyet, içgörünün yerine geçemez.

Cesaret

Böyle bir kavrayışın, içgörünün ikinci koşulu korkusuzluktur. Gerçeğin gün yüzüne çıkaracaklarından korkan, at gözlükleri takar. Başkalarının nasıl düşünüp ne yapacağından korkan ise kendisini yeni bir kavrayışa kapatır. Terapist olarak danışanının gerçeğiyle (sözgelimi danışanın pek az ömrü kalması gibi) yüz yüze gelmekten korkan kişiden karşısındaki de korkuya kapılır, çünkü terapistin bu gerçekle karşılaşabilecek durumda olmadığını görür.

Uyum

Niyetsizlik ve korkusuzluk gerçekle bu gerçek her nasıl ise öylece; onun korkutucu, ezici yüzüyle de uyum içinde oluşu mümkün kılar. Terapist böylece mutluluk ve mutsuzlukla, suç ve suçsuzluk, sağlık ve hastalık, yaşam ve ölümle uyum içindedir. Ancak tam da bu uyumdan, olumsuzlukla yüz yüze gelmede ve kimi zaman bunu uyum içinde olduğu gerçekle dönüştürmede içgörü ve güç kazanır. Burada da bir hikâye anlatayım:

Öğrenci Usta'ya sorar: "Söyle bana, nedir özgürlük?"

"Hangi özgürlük?" diye sorar Usta:

"İlk özgürlük ahmaklıktır. Binicisini kişneyerek üstünden atan soylu beygire benzer. Ama ardından daha da gerilir dizginleri.

İkinci özgürlük pişmanlıktır. Gemi karaya oturduktan sonra tahliye sandalına bineceği yerde enkazda kalan dümenciye benzer.

Üçüncü özgürlük içgörüdür. Ahmaklık ve pişmanlığın ardından gelir. Rüzgârda salınan başağa benzer, zayıf olduğunda eğilmeyi bildiği için ayakta kalır."

"Hepsi bu mu?" der öğrenci.

Usta yanıtlar: "Kimileri ruhlarının gerçeğini aradıklarını söyler. Oysa büyük ruh onlar aracılığıyla düşünmekte ve aramaktadır. Tıpkı doğa gibi o da pek çok hata kaldırır, yanlış oyuncuları sürekli ve zahmetsizce yenileriyle değiştirmektedir çünkü. Düşünmelerine izin verdiklerine ama, kimi zaman biraz oyun alanı tanır. Ve kendini ona bırakan bir yüzücüyü taşıyan ırmak gibi alır onları, bir kılınmış güçle kıyıya taşır."

Felsefi fenomenoloji

Şimdi de felsefi ve psikoterapötik fenomenolojiye değinmek istiyorum. Felsefi fenomenolojide söz konusu olan, adeta bütün alanımla açılır gibi bütünüyle açıldığım olgu çokluğunda esas olanı algılamaktır. Bu esas olan, saklı olanın içinden bir anda şimşek gibi çıkar ve benim düşünebileceğimden ya da öncüller veya kavramlardan mantıkla çıkarsayabileceğimden her zaman fersah fersah ötededir. Bununla birlikte hiçbir zaman da bütün değildir. Hiçlikten çıkan her oluş gibi saklı olanla örtülü kalır. Bu şekilde ben vicdanın en önemli niteliklerini kavradım. Sözgelimi, vicdanın onun yardımıyla sistemle uyum içinde olup olmadığımı anında algılayabildiğim sistemik bir denge organı gibi çalıştığını böyle anladım. Bununla, yaptığımın aidiyeti koruyup güvence altına mı aldığını, yoksa tehlikeye düşürüp ortadan mı kaldırdığını anında algılayabiliyorum. Bundan ötürü vicdanın temiz olması bu bağlamda sadece, aidiyetimi sürdürebileceğimden
emin olabilmem anlamına gelir. Vicdan azabı ise, artık ait olamayacağımdan korkmam gerektiği anlamına. Bu nedenle vicdan, genel geçerli yasa ve gerçeklerle pek az ilgilidir, görecedir ve topluluktan topluluğa değişir.

Vicdanın az önce değindiğim gibi aidiyet hakkının değil de verme ve alma arasındaki dengenin ya da birlikte yaşama düzenlerinin söz konusu olduğu yerde bütünüyle farklı bir tepki verdiğini de bu şekilde gördüm. Vicdanın bu her farklı işlevi, yine vicdan tarafından suçsuzluk ve suça ilişkin farklı duygularca yönlendirilir ve kendini kabul ettirir.

Ancak burada ortaya çıkan en önemli fark, hissedilen ve saklı vicdan arasındaki farktı. Görünen şu: Hissettiğimiz vicdana göre hareket edip saklı vicdanı çiğnerken, hissettiğimiz vicdana göre kendimizi suçsuz hissetsek de saklı vicdan bu eylemi suç olarak cezalandırıyor. Bu vicdanlar arasındaki çelişki, her trajedinin de temeli ve bu da aslında aile trajedilerinden başka bir şey değil. Bu çelişki, ailelerde ağır hastalıklara, kaza ve intiharlara yol açan trajik kilitlenmelere neden oluyor. Aralarındaki büyük sevgiye karşın kadın erkek ilişkisinin koptuğu ilişki trajedilerinden de o sorumlu.

Psikoterapötik fenomenoloji

Ancak bu görüşler yalnızca felsefi algılama ve fenomenolojik bilgi yolunun felsefi kullanımıyla elde edilmedi. Benim katılım yoluyla bilme olarak adlandırdığım başka bir erişim yolu daha gerekti. Bu yol da aile dizimleri fenomenolojik bir şekilde gerçekleştirildiğinde açıldı.

Aile dizimi sırasında danışan, grubun içinden kendisi ve ailesinin anne, baba ve kardeşler gibi önemli bireylerini temsil edecek kişileri keyfi bir şekilde seçer. Sonra yoğunlaşmış bir halde onları mekânda birbirleriyle ilişkilerine göre dizer. Bu işlem sırasında birden kendisini şaşırtan bir şey gün yüzüne çıkar. Yani dizim sürecinde o ana kadar kendisi için saklı kalmış bir bilgiye temas eder. Sözgelimi bir meslektaşım kısa bir süre önce bana kendisine danışan bir kadının, babasının daha önceki kız arkadaşını temsil etmek zorunda kaldığının anlaşıldığını anlatmıştı. Kadın babasına ve akrabalarına bu durumu sorduğunda herkes onun kesinlikle yanıldığını söylemiş. Aradan birkaç ay geçtikten sonra babası beyaz Rusya'dan bir mektup almış. Savaş sırasında büyük bir aşk yaşadığı bir kadındanmış mektup; uzun zaman adresini bulmaya çalıştıktan sonra bunu başarmış.

Ancak bu sürecin sadece bir yanı; danışan yanı. Diğer yanı ise, dizildikleri anda temsilcilerin kendilerini temsil ettikleri kişiler gibi hissetmeleri. Kimi zaman onların bedensel semptomlarını da alıyorlar. Bu kişinin ismini içsel olarak duymalarına bile tanık oldum. Bütün bunlar, temsilciler aile hakkında kimi temsil ettikleri dışında bir şey bilmeksizin yaşanıyor. Dolayısıyla aile dizimlerinde danışan ve aile sisteminin üyeleri arasında bilgi dolu bir güç alanının etkili olduğu görülüyor. Bu güç alanı, bilgiyi dış aktarım olmaksızın yalnızca katılım ile mümkün kılıyor. Daha da şaşırtıcı olan, bunun dışında aile ile hiçbir ilgisi olmayan, aile hakkında bilgi sahibi olamayacak temsilcilerin de bu bilgi ve ailenin gerçekliğiyle bağlantı kurabilmeleri.

Aynı şey kayda değer bir ölçüde terapist için de geçerli. Ancak burada koşul, terapistin de, danışan ve temsilcilerin de niyet, korku, daha önceki bir teori ya da deneyime geri dönme olmaksızın burada gün yüzüne çıkan gerçeğe açılmaları ve onu olduğu gibi kabul etmeleri. Ama bu da

psikoterapiye uyarlanmış fenomenolojik tavır. Anlayış, burada da vazgeçişle, niyet ve korkudan geri çekilişle ve gerçeğin ortaya çıktığı şekliyle kabulüyle kazanılıyor. Bu fenomenolojik tavrın, dolayısıyla ortaya çıkanı abartmaksızın ya da zayıflatmaksızın veya yorumlamak istemeksizin kabulün yokluğunda aile dizimi yüzeysel kalır, kolayca hataya düşer ve fazla bir gücü olmaz.

Ruh

Katılım yoluyla aktarılan bilgiden de şaşırtıcı olan, bu bilgi alanının ya da benim yeğlediğim adla bireyleri aşan ve onları yönlendiren, “bilen” ruhun bizim düşünebileceğimizi kat kat
aşan, bizim planlı davranışlarımızdan çok daha ötelere uzanan bir etki yaratan çözümler araması ve bulmasıdır. Bunun en belirgin hale geldiği dizimler de terapistin azami ölçüde geri çekildiği dizimlerdir; önemli kişileri dizdikten sonra sözgelimi, hiçbir talimat vermeksizin onları, dışarıdan karşı konulamaz bir güç gibi kavrayarak başka türlü olanaksız görünen içgörü ve deneyimlere götüren şeye bırakır.

Örneğin yakın bir geçmişte İsviçre’de bir adam güncel ailesinin diziminin ardından Yahudi olduğunu eklediğinde Soykırım kurbanlarını temsil eden yedi kişiyi yan yana dizdim. Sonra da arkalarına katilleri temsil eden yedi kişi yerleştirdim ve kurbanların yüzlerini onlara döndürdüm. Bunun ardından on beş dakika kadar sözcüksüz, inanılmaz bir süreç yaşandı aralarında. Bu süreç, bir bitmemiş, bir de bitmiş ölüm olduğunu; kurbanlar ve suçlular için ölümün ancak ölümde buluşmalarıyla, her iki tarafın da kendilerini onların üstlerinde bir güç tarafından eşit ölçüde belirlenir, yönlendirilir, sonunda da bu güç içine çekilmiş olarak deneyimlemeleriyle son bulduğunu açıkça ortaya koyuyordu.

Dinsel fenomenoloji

Burada felsefe ve psikoterapi düzleminin yerini daha başka, daha kapsamlı bir düzlem alıyor. Bu düzlemde kendimizi, gücü elinde tutan, en yüksek olarak kabul etmek zorunda olduğumuz daha büyük bir bütüne teslim edilmiş olarak deneyimliyoruz. Bu, dinsel ya da spiritüel düzlem olarak adlandırılabilir. Ama bu düzlemde de korku, niyet, talimat olmaksızın fenomenolojik tavrımı korur, yalnızca görünende kalırım. Bunun dinsel içgörü ve dinsel edim için taşıdığı anlamı üçüncü bir öyküyle anlatayım.

Geri dönüş

Kişi ailesi, ülkesi, kültürü içine doğacak ve daha çocukken içine doğduğu bu yerlerde bir zamanlar örnek alınan, öğretmen ve usta bilinen kişinin kim olduğunu dinleyecek, bu kişi gibi olmak için derin bir özlem duyacaktır.

Kendisi gibi düşünenlere katılır, yıllar boyu katı bir disiplinle eğitir kendini ve onun gibi düşünene, konuşup hissedene dek bu en büyük örneğin yolunda gider.

Ama bir şeyler, der kendi kendine, bir şeyler eksik hâlâ. Böylece uzun bir yola koyulur. En uzak yalnızlıkta belki de geriye kalmış son sınırı da aşmak için. Çoktan terk edilmiş eski bahçelerin önünden geçer. Yalnızca yabani güller yetişmektedir buralarda, bir de her yıl verdikleri meyveler, onları isteyecek kimse olmadığı için öylece yerlere düşen yüksek ağaçlar. Buradan sonra da çöl başlar.

Çok geçmeden insanımızı yabancısı olduğu bir boşluk kuşatır. Sanki her yön birdir burada, kısa bir süre sonra, kimi zaman karşısına çıkan görüntülerin de boş olduğunu görür. Onu çeken güce bırakır adımlarını, dolanır durur. Algılarına çoktan güvenmez olmuştur ki kaynağı görür; orada, önünde. Topraktan fışkırmakta, sonra çabucak toprağa sızmaktadır. Ama suyun eriştiği yerde cennete dönüşmektedir çöl.

Etrafına baktığında iki yabancının geldiğini görür. Kendisinin yaptığını yapmıştır onlar da. Onun gibi olana dek örneklerinin yolundan gitmişlerdir. Onun gibi çölün yalnızlığında kim bilir belki son bir sınırı aşmak için uzun bir yola koyulmuşlardır. Ve kaynağı bulmuşlardır onun gibi. Birlikte eğilir, aynı sudan içer, hedeflerine neredeyse ulaştıklarına inanırlar. Sonra isimlerini söylerler birbirlerine: “Benim adım Gautama Buda.” “Benim adım İsa Peygamber.” “Benim adım Hazreti Muhammed.”

Derken gece çöker. Başlarının üzerinde ezelden beri olduğu gibi yıldızlar ışıldar, sonsuz uzaklıklarda ve dingin. Sessizleşirler. Aralarından biri, hayatının bu baş örneğine hiç olmadığı kadar yakın hisseder kendini. Sanki

onun, güçsüzlüğü, gelip geçiciliği ve tevazuu bildiğinde nasıl hissettiğini bir an biliverecek gibidir; suç olgusunu da bilse neler hissedeceğini de.

Ertesi gün döner ve çölden kurtulur. Yolu bir kez daha terk edilmiş bahçelerin önünden geçerek kendisine ait bahçenin önünde son bulur. Kapıda yaşlı bir adam durmaktadır. Onu bekler gibidir. “Senin gibi uzaklardan dönen biri nemli toprağı sever” der yaşlı adam; “Topraktan çıkan her şeyin doğduğu gibi öldüğünü de bilir, öldüğünde de beslediğini.” “Evet” diye yanıtlar diğeri, “Toprağın yasasına katılıyorum.” Ve toprağı ekmeye başlar.

KİLİTLENMELER VE ÇÖZÜMLERİ

Bir doğrudan deneyim ve eğitim kursundan

1. GÜN

Başlangıç

HELLINGER Kursa hoş geldiniz. Herkesin kısaca şunları belirtmesiyle başlıyoruz:

- adı,

- mesleği,

- medeni durumu,

- isteği

Olanak doğar doğmaz çözüm arayışları başlıyor. Bu süreçte atılan adımların her biri eylem ya da katılım yoluyla deneyimleniyor ve yarattıkları etkide sınanıyor. Hareket biçimi, sonuç ya da dayanılan temeller üzerine sorular olursa, elimden geldiğince yanıtlayacağım.

Evlat edinme tehlikelidir

KARL Adım Karl, karım ve evlat edindiğimiz küçük oğlumuzla birlikte yaşıyorum. İki kız, iki erkek dört öz evladımız var. Yaşları yirmi altı ile otuz iki arasında. Evden ayrıldılar. Onlar bizimle birlikteyken bakımını üstlendiğimiz aynı yaşlarda üç de kızımız vardı. Evlat edindiğimiz oğlumuz bu kızlardan birinin çocuğu. Ben rahibim. Özürlü çocuklar, gençler ve onların aileleriyle çalışıyorum. Geçen yıl seninle karşılaştığımda bu zamana dek yürüttüğüm çalışmaların kısa soluklu olduğunu fark ettim. Böyle adlandırmamın nedeni, gençleri şimdiye kadar her zaman özürlü insanlardan ya da eğer ilişki sorunları yaşıyorlarsa, tekil kişilerden ibaret görmemdi. Şimdiyse aileyi de işin içine katmadıkça ve aile de soruna aynı bilinçle yaklaşmadıkça bir çocuğa yardımcı olmayı istemenin hemen hiçbir anlamı olmadığını fark ediyorum.

HELLINGER Evlat edinme durumunu ortadan kaldırmak zorundasın.

KARL Evlat edinme durumunu mu ortadan kaldırmak?

HELLINGER Zorundasın.

KARL Böyle bir şeyi düşünemiyorum.

HELLINGER Buna hakkın yok. Evlat edinme tehlikeli iştir. Zorlayıcı bir neden olmaksızın buna kalkışan, bedelini ya kendi çocuğu ya da eşiyle ağır bir biçimde öder. Onları dengenin yeniden sağlanması için kurban eder. Evlat edinmeyi kim istedi?

KARL İkimiz de. Hem karım hem de ben.

HELLINGER Neden çocuk kendi annesiyle birlikte değil?

KARL Annesi dört aylık çocuğuyla bize geldi. Arkadaşlarıyla birlikte yaşamak istediği için çocuğu o zamanlar bakmamız için bize bıraktı.

HELLINGER Çocuğun bakımını üstlenmek tamam ama evlat edinmek çok ileri gidiyor. Çocuğun gereksindiğini aşıyor. Çocuk bununla bağlarından

koparılıyor.

KARL Bunu şu anda fazla anlayamıyorum, çünkü çocuğun öz annesiyle ilişkisi eskisi gibi sürmekte.

HELLINGER Çocuğun öz annesiyle ilişkisi artık eskisi gibi değil; işin kötü yanı da burada. Anneden hakları ve sorumluluklarını aldın. Babadan da. Babası ne durumda?

KARL Baba Türk. İkinci evliliğini bir Türk kadınla yaptı. Ondan da çocukları oldu ve bu çocukla ilişkisini kesti.

HELLINGER Çocuk neden babasına gidemiyor? Müslüman olmasından mı korkuyorsun? Müslüman olmalıydı zaten!

KARL Olabilir de.

HELLINGER Onun için olabilecek en iyi yer orası. Oğlan mı?

KARL Evet.

HELLINGER O halde babasına gitmeli. Bu çok açık.

KARL Bu konuyu düşünmeliyim.

HELLINGER Bir konuyu düşünmek neye benzer biliyor musun? Rahibin ayinlerin ardından “Allah kahretsin! Bunlardan sonra eskiye dönebilmem için her seferinde altı hafta gerekiyor” demesine.

Yüzleşmek

BRIGITTE İsmim Brigitte. Psikologum, bağımsız çalışıyorum. İlk evliliğimden dört kızım var. Ayrıldığım ilk eşim öldü. Yeniden evlendim. Bu evlilikten de iki üvey kızım var. Gücümü toparlamak için kocamla çok mesafeli yaşıyorum. Buraya gelme nedenim, fazla yorulmadan bir şeyler öğrenmek.

HELLINGER Burada böyle bir şey söz konusu değil. İstediğin nedir?

BRIGITTE Çalışmaya ancak şu anda kaldırabileceğim kadar girmek istiyorum.

HELLINGER Kişisel riziko ile yüzleşmeye hazır olmayan birisinin katılımına izin vermek benim için fazlasıyla riskli. Çünkü bu derinleşmeye engel oluyor. Dolayısıyla seni uyarmak istiyorum. Burada yaptığımız, yalnızca izlenecek bir şey değil.

BRIGITTE Ben de bu şekilde almak istemiyorum. Ama katılımcılardan birkaçının eğitmeni olduğum ve grup da bu kadar büyük olduğu için biraz geride durmak istiyorum. Ama katılabilmem için gerekeni de yapmak istiyorum.

HELLINGER Sana kuralları söyledim, sen de anladın. Bu nedenle, benim için sakıncası yok. Ama sana bir hikâye anlatayım.

Az mı çok mu

Amerika'da bir psikoloji profesörü öğrencisini çağırır, ona biri bir, diğeri yüz dolarlık iki banknot verir ve "Bekleme odasına git" der, "iki adam oturuyor orada. Birine tekliği, diğerine de yüz dolarlık banknotu ver." Öğrenci hocanın yine zırvaladığını düşünür. Parayı alıp bekleme odasına gider. Adamlardan birine bir doları, ötekine de yüz doları verir. Profesörün adamlardan birine gizlice "Sonradan bir dolar alacaksın", diğerine de "Sonradan yüz dolar alacaksın" dediğini bilmemektedir. Öğrenci bir tesadüf eseri tekliği bir dolar bekleyene, yüz doları da yüz dolar bekleyene vermiştir.

HELLINGER gülümser Ne garip, bu hikâyenin burada işi ne diye soruyorum şimdi kendime.

Çifte aktarım

CLAUDIA Adım Claudia. Psikologum. Yalnızca psikoterapist olarak değil, aynı zamanda ailelere ilişkin hukuk davalarında bilirkişi olarak çalışıyorum. Ayrıca ehliyetine el konulan ve psikolojik eğitimden geçmek zorunda olanlar için kurslar düzenliyorum. Medeni durumum; boşandım. Biraz zor bir durum bu benim için, çünkü yalnızca altı ay evli kaldım, dolayısıyla buna evlenmiş ya da boşanmış denebilir mi, bilemiyorum.

HELLINGER Evliydin ve bunun yaşanmamış kılınması mümkün değil. Çocuğun var mı?

CLAUDIA Hayır, çocuğum yok.

HELLINGER Neden ayrıldınız?

CLAUDIA Çok kötü olduğu için. Önceden birbirimizi fazla tanımıyorduk, evlenmeye nispeten çabuk karar verdik. Ardından her şeyi çok kötü buldum.

HELLINGER Sen kötü buldun, peki o da mı?

CLAUDIA Evliliği onun için de dayanılmaz bir hale getirmeye baktım.

HELLINGER Sistemindeki [1] hangi kötü kadını taklit ettin?

CLAUDIA Annemi mutlaka.

HELLINGER Başka birini daha arayalım. Soru şu: Köken sisteminde bir erkeğe haklı olarak kötü davranan kadın kimdi? Senin anlattığın gibi bir şey yaşandığında, bunun temelinde çoğu zaman çifte aktarım dinamiği yatar. Bunun ne olduğunu biliyor musun?

CLAUDIA Hayır.

HELLINGER Sana bir örnek vereyim. Sıkı sarılma terapisini tanıttığı bir çalışmasında Jirina Prekop bir çiftten birbirlerine sıkıca sarılmalarını

istemişti. Kadının yüzü birden değişti ve kocasına öfkelendi. Ama bunun için hiçbir neden yoktu. Jirina'ya, "Kadının yüzünün nasıl değiştiğine bak" dedim, "Onun kiminle özdeşleştiğini görebilirsin." Yüzü bir anda seksen yaşında bir kadınınkine benzemişti. Kendisiyse yalnızca otuz beş yaşındaydı. Sonra kadına, "Yüzüne dikkat et!" dedim, "Kimin yüzü böyleydi?" "Büyükannemin" dedi. "Büyükannene ne oldu?" diye sordum. "Lokanta işletirdi. Büyükbabam bazen bütün müşterilerin önünde saçlarından çekiştirirdi, o da sesini çıkarmazdı."

Büyükannenin gerçekte neler hissettiğini canlandırabiliyor musun? Kocasına öfke duyuyor ama bunu ifade etmiyordu. Bastırılmış bu öfkeyi torunu ondan almıştı. Öznenin -büyükanneden toruna- aktarımıdır bu. Ancak öfkeyi alan büyükbaba değil, kendi kocasıdır. Bu da nesnenin -büyükbabadan kocaya- aktarımıdır. Kadın için bu daha az risklidir, çünkü kendisini seven kocası buna katlanır. Çifte aktarım dinamiği işte budur. Ama kimse bunun bilincinde değildir.

Şimdi soru, sende böyle bir şey olup olmadığı.

CLAUDIA Farkında değilim.

HELLINGER Eğer böyle idiyse kocana hayli borçlusun.

CLAUDIA Hmm.

HELLINGER Doğru. Claudia güler

Yakaladım mı seni?

CLAUDIA Hayır. Ama aklımdan onun iyi olduğuna sevindiğim geçti.

HELLINGER İnsanın kendisini suçlu hissetmesinden gelir bu. Söylediğimin doğru olup olmadığını ise ancak çalışmanın devamında sınayabileceğiz. Şimdilik bu bir varsayımdan ibaret.

İlk eş

GERTRUD Adım Gertrud. Doktorum, muayenehanem var. Bekârım, on dokuz yaşında bir oğlum var.

HELLINGER Babası ne oldu?

GERTRUD Oğlum onu yaklaşık beş yıldır görmüyor.

HELLINGER Ne oldu ona?

GERTRUD Evli. Sonraki evliliğinden üç çocuğu var. Yaklaşık beş yıl önce başka bir kadından da bir kızı oldu. Ama bu onun sorunu, beş yıldır konuşmuyorum kendisiyle.

HELLINGER Onu tanıdığında evli miydi?

GERTRUD Üç kez evlendi. O zamanlar da evliydi, galiba ikinci kez. Boşanmak üzereydiler. Öğrenciliğimden tanıyorum onu. Okulda birlikteydik. Sonra yollarımız ayrıldı. Başka bir şehre gidip orada evlendi. Bir kere de birisini Macaristan'dan çıkarmak üzere iyilik için evlenmiş. Sonra boşanıp yeniden evlenmiş.

HELLINGER İnsan bunu yapamaz. İyilik için evlenilmez. Onunla ilk evliliğinden önce de yakın bir ilişkin olmuş muydu?

GERTRUD Evet.

HELLINGER O halde sen ilk karısısın. Bütün kadınları arasında önceliğin var. İyi bir duygu bu, değil mi?

GERTRUD Evet. Evet, ama zor.

HELLINGER Bunda zor olan ne?

GERTRUD Bu duyguya ihtiyacım var sayılmaz. Artık değil.

HELLINGER Öncelik duyguya bağlı değildir.

GERTRUD Öyle mi?

HELLINGER Bunlar gerçeklerdir, duygudan bağımsızca varolurlar.

Mutluluk korku yaratır

HELLINGER Sana mutluluk üzerine bir şey söyleyeyim. İnsanı yalnızlaştırdığı için mutluluk tehlikeli bir şey olarak algılanır. Aynı şey çözüm için de geçerlidir. Tehlikeliymiş gibi algılanır, çünkü insanı yalnızlaştırır. Buna karşılık sorun ve mutsuzluk yaşanırken insan başkalarıyla birliktedir.

Sorun ve mutsuzluk, masumiyet ve sadakat duygusuyla ilişkilendirilir. Buna karşılık çözüm ve mutluluk, ihanet ve suç duygusuyla. Bu nedenle mutluluk ve çözüm ancak kişi bu suçla karşı karşıya geldiğinde mümkündür. Suç mantıklı olduğu için değil, ama bu şekilde yaşanır. Sorundan çözüme geçiş bu nedenle bu kadar zordur. Eğer sana söylediğim gerçekse ve onu da öylece alacaksan, yaklaşımını bütünüyle değiştirmek durumunda olurdun.

Dizim: Oğul annenin erkek kardeşini temsil ediyor

HARTMUT Her şeyden önce aile ilişkilerine yoğunlaşmaya doğru atılmak zorundayım şimdi. İsmim Hartmut. Girişim danışmanıyım ve eğitimimi tamamladığım alan olan din felsefesinde bilimsel çalışmalarımı sürdürüyorum. İlk evliliğimden iki kızım var. Bir kez daha evlendim. Hâlâ aynı kadınla evliyim ama yedi yıldır ayrı yaşıyoruz. İlk evliliğimden olan kızlarım otuz ve yirmi yedi yaşlarında.

HELLINGER Peki burada ne yapmak istiyorsun?

HARTMUT Her tür insan ilişkisine ne kadar girmem gerektiği konusunda açıklık kazanmak istiyorum. Fazla münzevi oldum, bunun beni kayba uğrattığını hissediyorum. Büyük bir sevgi var yüreğimde ama bununla ne yapacağımı bilemiyorum.

HELLINGER Senin köken aileni dizelim şimdi. Daha önce aile dizimi yaptın mı? Nasıl olduğunu biliyor musun?

HARTMUT Belirli kalıplara göre yapmadım henüz, ama kafamda bir iskelet var.

HELLINGER Bu iskelet kesinlikle yanlıştır. Yalnızca savunmaya yarar. Önceden bir şeyler hazırlayan, savunmaya hizmet eder. Terapiste sorunlarından söz eden de savunmaya çalışır. Kişi ancak eyleme geçtiğinde iş ciddileşir. Pekâlâ, babanı kim temsil edebilir?

HARTMUT Robert edebilir, çünkü…

HELLINGER Neden belirtmene gerek yok. Kaç kardeşin var?

HARTMUT İki kardeşim, bir de üvey kız kardeşim var.. Bu nedenle duraksadım. Üvey kız kardeşimle birlikte büyümedik.

HELLINGER Üvey kız kardeşin kimden?

HARTMUT Babamdan.

HELLINGER Daha önce evli miymiş?

HARTMUT Hayır, sonradan. Boşandıktan sonra bir kez daha evlendi. Üvey bir kız kardeşim daha oldu. Annem bir daha evlenmedi.

HELLINGER Ana babanın ilk çocuğu kim?

HARTMUT Benim.

HELLINGER Annen ya da baban daha önceden evlenmiş, nişanlanmış ya da sürekli bir ilişki yaşamış mı?

HARTMUT Hayır. Ama annemin başka bir talibi varmış. Sonradan benim vaftiz babam olmuş.

HELLINGER Ona burada ihtiyacımız var. Önemli olabilecek başka birisi daha var mı?

HARTMUT Çok önemli olan, dayım.

HELLINGER Ne olmuş ona?

HARTMUT Annem her zaman onunla birlikte yaşamak istedi, beni de ona benzetmek istedi.

HELLINGER Rahip filan mı?

HARTMUT Hayır, ünlü bir oyuncuydu.

HELLINGER Onunla birlikte mi yaşamak istedi annen?

HARTMUT Aslında onu babama tercih etti.

HELLINGER Onu daha sonra alalım. Önce babayı, anneyi, kardeşleri, babanın ikinci karısını, üvey kız kardeşi ve annenin erkek arkadaşını dizelim. Bunların her biri için gruptan bir kişi seç: Erkekler ya da erkek çocuklar için erkekleri, kadınlar ya da kız çocuklar için de kadınları. Sonra

onları birbirleriyle ilişkilerine göre diz ve bütünüyle dizerkenki hissedişini izle. Sözgelimi anne babadan ne kadar uzakta duruyor, hangi yöne bakıyor. Konuşmadan, açıklama yapmadan herkesi yerlerine yerleştir. Ve bunu yoğunlaşmış ve ciddi bir şekilde yap, yoksa olmaz.

Not: Şekillerde erkekler dörtgen, kadınlar daire içinde gösterilmiştir. Örnek:

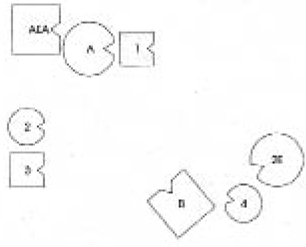


Dizimi yapan, ya da dizimin kendisi için yapıldığı kişiler koyu renkle gösteriliyor. Çentikler bakış yönünü gösteriyor. Şekilleri izleyen sorular ayrıca belirtilmedikçe dizilen kişilerin temsilcilerine yöneltiliyor. Bundan dolayı temsilciler her zaman temsil ettikleri kişiler adına konuşuyorlar.

Hartmut ailesini dizer.

HELLINGER Şimdi bir kez daha etraflarından dolaş ve gerekiyorsa düzeltme yap. Sonra da iyi görebileceğin bir yere otur.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğul (=Hartmut)

2 İkinci çocuk, kız

3 Üçüncü çocuk, oğul

2E Babanın ikinci eşi

4 İkinci eşten olan dördüncü çocuk

AEA Annenin erkek arkadaşı

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Burada kendimi çok uzak hissediyorum. İlk ailem çok uzakta. Sırtımda, göremediğim bir şeyin varlığını hissediyorum.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Erkek arkadaşımla temasım var. Daha önce donup kalmıştım.

HELLINGER Nasıl bir duygu veriyor bu?

ANNE Güçsüzlük, harekete geçememek.

HELLINGER Sevgiliye, Hartmut'un vaftiz babasına karşı duygusu nasıl?

ANNE Arkamda duruyor ama aynı anda ensemde oturuyor. Duygularım karışık.

HELLINGER Annenin erkek arkadaşı nasıl?

ANNENİN ERKEK ARKADAŞI Aynı şey benim için de geçerli; karmaşa içinde. Kadını çekici ve sevimli buluyorum, onunla aramda bir ilişki de var. Ama bu çerçevede bu hoşuma gitmiyor. Kendimi hareketsiz, çakılıp kalmış hissediyorum.

HELLINGER En büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Buraya yerleştirildiğimde aklıma "Hu!" sözcüğü geldi. Sanki birisi tuhaf bir şekilde baldırımı kapacak diye düşündüm. Baldırım çok ısındı. Bir köpeğin ısırmasına da benziyor. Sıcak ama tehlikeli de. Babaya karşı belli bir sıcaklık var ama yanından geçip gidiyor bu duygu. Arkamdaki kardeşlerle aramda hemen hiçbir ilişki yok. Babanın ikinci karısı ve üvey kız kardeş benim için önemsiz.

HELLINGER İkinci çocuk nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Anne benim yanımdayken iyiydim, artık o kadar iyi değilim.

HELLINGER Üçüncü çocuk nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Annemle babam görüş alanım içinde ama karar veremiyorum. Babama doğru çekiliyor ama buradan ayrılamıyorum.

HELLINGER İkinci eş nasıl?

İKİNCİ EŞ Kocamın neden bana doğru dönmediğini soruyorum kendime.

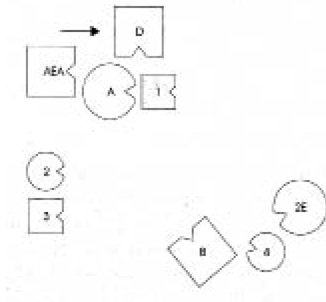
HELLINGER Üvey kız kardeş nasıl?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Önce kendimi dışarıda hissettim, babayı da tehditkâr. Anne arkamda durduğundan beri daha iyiyim. Ama baba yolumu kesiyor.

İLK ÇOCUK Burada böyle dururken ön tarafımda sanki elektrik yüklenmişim gibi bir sıcaklık hissediyorum, bir şeyi kapmak istiyorum.

HELLINGER Hartmut'a Şimdi dayını dizime ekle!

2. Resim



HELLINGER İlk oğulda ne değişti?

İLK ÇOCUK Solumda bir şey çekiyor, bunun ne olduğunu soruyorum kendime. Orada ne yapıyor?

HELLINGER Daha mı iyi, daha mı kötü?

İLK ÇOCUK Daha önce sahip olduğum güç şimdi sol tarafıma doğru benden uzaklaşıyor. Beni parçalıyor. Olmuyor. Gücün az bir kısmı babaya doğru gidiyor. Arka taraf yüklü, sol taraftan bir kısmı gidiyor.

HELLINGER Annenin erkek kardeşi nasıl?

DAYI Burada ne işim olduğunu bilmiyorum.

HELLINGER Anne şimdi nasıl?

ANNE Kendimi daralmış hissediyorum.

HELLINGER Hem de nasıl!!!

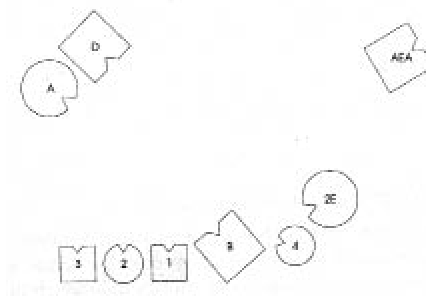
ANNE Evet. Güler.

HELLINGER Hartmut’a Oyuncu evli miydi?

HARTMUT Hayır, ama öleli çok oldu.

Hellinger resmi değiştirir.

3. Resim



HELLINGER İkinci eş şimdi nasıl?

İKİNCİ EŞ Herkesin öyle dizili olmasını iyi hissettiğimi fark ediyorum. Böyle doğru olduğunu hissediyorum.

HELLINGER En büyük oğul nasıl? Daha mı iyi, daha mı kötü?

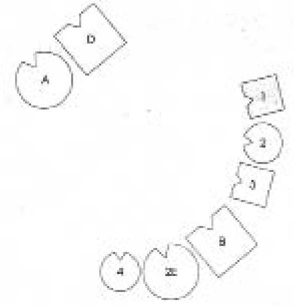
İLK ÇOCUK Birden her şey açıklığa kavuştu burada. Burası iyi bir yer.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Artık şimdiki aileme yönelebilirim.

Hellinger resmi değiştirir. Annenin erkek arkadaşı artık herhangi bir rol oynamadığı için yerine oturabilir.

4. Resim



HELLINGER Baba için böylesi nasıl?

BABA Böyle çok iyiyim. İlk karıma rahatça bakabiliyorum. Onunla aramdaki başarısız bir deneydi. Yeni bağlantı benim için uyumlu. Çocuklarımın bu kadar yakın olmasını da iyi buluyorum.

HELLINGER Üçüncü çocuk nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Annemle daha fazla ilişki içinde olmak isterdim.

HELLINGER Kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Burada, halka içinde iyiyim.

HELLINGER En büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK İyi, güzel. Üvey kız kardeşimle annesi de birden herkese katıldı. Annemin gitmesine itirazım yok.

HELLINGER Ya anne şimdi nasıl?

ANNE Çocuklarıma bakmayı isterdim.

HELLINGER Kardeşi nasıl?

DAYI Burada kendimi çok iyi hissediyorum. İçimden bir şey yapmak geliyor.

HELLINGER Hartmut'a, Bu dizime ne diyorsun?

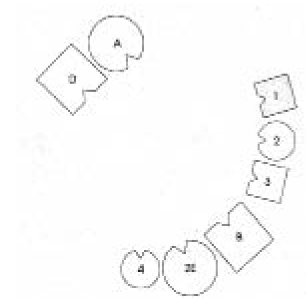
HARTMUT Fiili durum benim için tanınmaz hale geldi tabii. Ama amaç da bu değildi. Çocuklar da işin içinde olmuş olsa işe yarayacak bir çözüm olurdu. Ama bu çözüm olmadı. O nedenle benim için biraz ütopik.

HELLINGER Yorumlar çoğu zaman çözümü sorgulayıp engellemeye yarar. Ben yalnızca bunu böyle gördüğünde kendini nasıl hissettiğini bilmek istedim.

HARTMUT Hayranlık uyandırmıyor. Böyle olmamasına yazık duygusu. Aslında susmam gerekirdi.

Hellinger annenin erkek kardeşini yeniden aileye doğru çevirir. Çocuklarına daha yakın olabilmesi için anneyi de erkek kardeşinin sol tarafına yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Temsilcilere Böylesi daha mı iyi, daha mı kötü?

İLK ÇOCUK Daha sıcak.

İKİNCİ ÇOCUK Daha kötü.

HELLİNGER Anne için nasıl?

ANNE Benim için daha iyi.

ANNENİN ERKEK KARDEŞİ Benim için de.

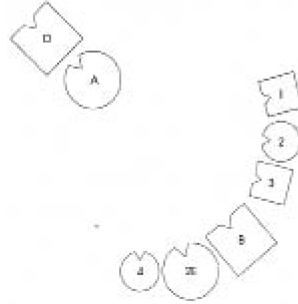
HELLINGER Gruba Bu kadın kocasını aldattı.

Annenin temsilcisi güler.

Kocasını aldattı, çünkü onu istemiyordu. Bu nedenle arkasını dönmek zorunda. O yöne doğru bakma hakkını kaybetti.

Hellinger anne ve erkek kardeşini yeniden çevirir ve anneyi kardeşinin arkasına yerleştirir.

6. Resim



HELLINGER Temsilcilere Böyle nasıl?

ANNE Böyle tamam.

HELLINGER Doğru. Şimdi Hartmut'un kiminle özdeşleştiğini görebilirsiniz. Anne şimdi erkek kardeşiyle, tıpkı daha önce ilk oğluyla varolan ilişki içinde. Hartmut bu kardeşle özdeşleşmiş.

İLK ÇOCUK Sırtımdan aşağı bir soğukluk iniyor ve içimden "Zavallı anne!" cümlesi geliyor.

HELLINGER Gruba Bu ailede, kocanın ve çocukların, üzerinde etkili olamadıkları bir dram yaşanıyor. Bunun neden böyle yaşandığını

bilmiyoruz. Buna müdahale edemeyiz. Bırakmak zorundayız. Hartmut için tek çözüm, babasının yanında durması.

HELLINGER Hartmut'a Dizimde kendi yerine geçmek ister misin?

HARTMUT Evet.

Hartmut aile resminde kendi yerini alır.

HELLINGER Şimdi yolunda. Sana buna karşı nasıl davranılacağını söylemek istiyorum şimdi. İçinde ailenin bir resmini taşıyordun, sözcüğün tam anlamıyla çılgın bir resmini. Dizimi demin böyle çılgınca yaptın. Buna bir düzen getirdim. Eğer kullanmak istersen şimdi bir şansın var; bu yeni resmi içine alabilir, eskisinin etkisini yenisiyle ortadan kaldırabilirsin. O zaman da başkası ve durum değişmeksizin sen dönüşmüş bir insan olursun. Değiştin, çünkü içinde düzenin bir resmini taşıyorsun. Ve böylece şimdiki ailene bambaşka bir şekilde yönelebilirsin. Çünkü annenin babandan daha çok sevdiği birisiyle özdeşleştiğin önceki konumunda hiçbir kadın seni tutamazdı, ne de sen herhangi bir kadını tutabilirdin. Anlıyor musun? - Pekâlâ, bu kadar.

Özdeşleşme ve örnek alma arasındaki fark

IDA Hartmut'un sistemi dayı ile bir özdeşleşme noktasına nasıl geldi?

HELLINGER Annesi, köken ailesinde bıraktığı erkek kardeşini güncel sisteminde kendisi için temsil edecek birisini arıyordu bilinçsizce. Bu nedenle en büyük oğlu, kendisi, annesi ya da başka birisi bunun farkında olmaksızın bu rolü üstlendi.

HARTMUT Ama annemin beni, benim de tanıdığım erken yitirdiği erkek kardeşi rolünde biçimlendirmesiyle benim onu örnek almam -ki bunu yapmadım- arasında yine de bir fark yok mu? Bunlar iki ayrı özdeşleşme değil mi?

HELLINGER Hayır. Örnek alma özdeşleşme değildir. Örnek aldığım karşımdadır. Bundan ötürü örneğimden ayrıyımdır. Onu izlemek ya da izlememekte özgürümdür. Ama özdeşleştiğimde özgür olmam. Çoğu zaman özdeşleştiğimi hiç bilmem. Bu nedenle de özdeşleştiğimde kendime yabancılaştığımı hissederim. Bir örneğin yolundan gittiğimde kendime yabancılaşma hissetmem.

HARTMUT Bu çok doğru. O halde sen özdeşleşme kavramını, kimsenin bilinçli bir şekilde başlatmadığı bir sürecin objektif tanımı olarak kullanıyorsun.

HELLINGER Evet. Kimse de suçlu değil. Annen seni özdeşleşmen için seçmedi. Onu suçlayamayız. Bu, dizimden kaynaklanan bir dinamik; kimsenin bilinçli olarak istemediği, bir çocuğun da kendisini buna karşı savunamayacağı bir dinamik.

HARTMUT Yani yalnızca kurbanlar var ortada.

HELLINGER Evet. Yalnızca her biri kendince kilitlenmiş insanlar. Onun için de bu bağlamda suç ya da suçlu aramanın hiçbir yararı yok.

En aza cesaret etmek

DAGMAR Yani şimdi benim orada neler yaşandığını ortaya çıkarmak için annemin ailesini de dizmeme gerek yok mu?

HELLINGER Tanrı aşkına, bunu da nereden çıkardın? Hartmut için buna gerek yok, çünkü şimdi onun için çözüm apaçık ortada. Sistemde daha neler olmuş olduğu artık yeniden canlandırılamaz. Buna girişecek olduğumuzda kendimizi fantezilere kaptırırız. Ailenin yeniden canlandırıldığı büyük dizimler bu nedenle sonunda çok kafa karıştırıcı olur ve pek az çözüm getirir. Hartmut eyleme geçmek için gereksindiği her şeye sahip, bu noktaya gelindiğinde dizime son veririm. Kişinin çözüm için gereksindiğinden fazlasını yapmamak gerek! Burada olmayan kişiler için çözüm aramam. Dolayısıyla ben minimalist ilkeye göre hareket ediyorum. Yani kendimi buradaki kişiyle sınırlıyorum. Dizimin sonu da bununla geliyor. Ardından hemen sonrakine geçiyorum. Dizim sonrası uzun incelemeler de istemiyorum.
Şimdiki konuşmalar yalnızca bir istisna; bir eğitim çalışmasında bilgi verme amacıyla yapıyoruz. Ama bunun dışında yapılmamalı. Başarının kontrolü vb de yapılmamalı. Bunlar dizimin gücünü alır.

İlişkilerdeki içtenlik bireyselleşmeyle azalır

IDA Burada dizimi yapıldığı şekilde sistemde yer alan çocuklar, bu sistem varolduğu için önemli bir şey de almadılar mı ondan?

HELLINGER Elbette. Ağır da olsa bu dizimden yaşamı aldılar. Ama böyle bir dizimle gelişimleri de engellendi. Burada sözgelimi büyük oğul, gelişimine engel olan bir şeyi üstlendi. Şimdi, gelişimini bunun ötesine doğru sürdürme şansı var.

Köken ailedeki gelişim ve bizim güncel ilişkilerimiz bireyleşmeye doğru gidiyor. Yani birey gelişerek bağlarından kopuyor. Bu kopuş, aynı zamanda çok daha büyük bir bağlamda bağlanmayı hedef alıyor. Bu daha büyük düzlemde kişi bağlı ama yine de özgür kalıyor.

Bu, insanın her şeyin dar sokaklarda sıkışık düzen sıralandığı bir köyden çıkıp dağa tırmanmasına benziyor. Tırmandıkça, yükseldikçe daha da büyüyor görüş açısı. Ama bir yandan da ne kadar yükselirse o kadar da yalnızlaşıyor. Yine de kendisini öncekinden daha büyük bir bağlam içinde deneyimliyor. Dolayısıyla yakınlıktan kopuş bizi daha büyük bir şeyle temasa geçiriyor ama bunun da bedeli artan yalnızlık. Adımını sıkı bir bağdan yeni ve engin olana doğru atmak çoğu insan için bu nedenle bu kadar zor. Ancak her sıkı bağ, gelişimin daha büyük ve daha engin olarak sürmesi itkisi yaratır. Bu nedenle bir çift ilişkisinde tepe noktasına -tepe noktası ilk çocuğun doğumudur- ulaşıldığında yakınlıkta azalma olur ve ilişki ötelere doğru gelişir. Böylece daha zengin bir hale gelir ama yakınlık da azalır -azalmak zorundadır.

Kimileri, bir ilişkiye girdiklerinde her zaman sıkı sıkı birlikte olacaklarını sanar. Ama ilişki aynı zamanda bir ölüm sürecidir. İlişkideki her kriz ölüm gibi deneyimlenir ve kendi ölümümüzün de bir parçasıdır. Yakınlıktan bir parça yitirilir ve başka bir düzlemde ilişkinin yeni bir niteliği ortaya çıkar; öncekinden farklıdır, daha rahat, daha özgür ve geniştir burada ilişki.

IDA Yani yitirilen sevgi değildir?

HELLINGER Hayır, hayır, sevgi daha büyüyebilir, çok daha büyüyebilir ama artık başka bir niteliği vardır.

Sevgi ve düzen

HELLINGER Çoğu sorun, kişinin düşünceleri, çabaları ya da sevgiyle -İsa'nın dağdaki vaazıyla talep ettiği gibi örneğin- düzeni aşacağını sanmasından kaynaklanır. Ancak düzen verili halde içimizde mevcuttur ve yerine sevginin geçmesine izin vermez. Boş bir düşüncedir bu. Düzene, gerçek noktasına dönmek zorundadır kişi. Çözümü ancak orada bulabiliriz.

HARTMUT Deminki ifadende, sevginin yardımcı olmayacağı, bir şey çözmeyeceği yolunda korkunç bir yan anlam vardı; insan demek oluyor ki böyle bir sorunu sevgiyle çözemiyor. Gerçi ben de pek çok çeşitlemesiyle bunu denedim ve başarısız oldum. Ama yine de bu dehşet verici bir görüş.

HELLINGER Sevgi düzenin bir parçasıdır. Düzen sevgiden önde gider ve sevgi ancak düzen çerçevesinde gelişebilir. Bu ilişkiyi tersine çevirmek, düzeni sevgiyle dönüştürmek isteyecek olursam başarısızlığa mahkum olurum. Bu olmaz. Sevgi bir düzene dahil olur ve o zaman gelişebilir. Tohumların toprağa girip orada büyümesi, serpilmesi gibi.

HARTMUT O zaman ben gerçekten deliyim ya da kendimi o hale getirdim.

HELLINGER Evet, ama artık düzene sokma şansın var. Kimileri, harekete geçtiklerinde kısa zamanda pek çok şeyi telafi edebilir. Suç itirafları, yanıp yakılmalar ise yalnızca eylemin yerine geçer. Eylemi engeller, kişiyi güçsüz kılarlar.

Kökendeki düzen

DAGMAR Hartmut'un sistemini bir hiyerarşi içinde dizdin. Bu nasıl bir düzendi?

HELLINGER Sisteme aidiyetin başlangıcına göre bir hiyerarşi vardır. Bu, kökendeki düzendir. Aidiyetin zaman içindeki sırasını izler. Bu nedenle Hartmut'un sisteminde ilk eş ikincinin, en büyük oğul diğer kardeşlerin önünde gelir. Bir ailenin dizimi bu düzene göre, örneğin daire biçiminde yapıldığında, daha alt sıralardaki kişiler saat yönüne göre daha üst sıralardakilerin solunda durur.

Oluş zaman ile belirlenir ve sırasını zamana göre alır. Zaman ile yapılanır. Sistemde ilk yer alan, sonradan gelenin önündedir. Ya da bir sistemde önce yaşanan, sonradan yaşananların önündedir. Bundan ötürü ilk doğan çocuk ikincisinin, çift ilişkisi de ebeveynliğin önünde gelir. Bu bir aile sistemi dahilinde geçerlidir.

Ancak sistemlerin de kendi aralarında bir hiyerarşisi vardır ve burada hiyerarşi tersine işler. Yeni sistem eskisine göre önceliklidir. Örneğin güncel aile, köken aileden önce gelir. Düzen tersine çevrildiğinde yanlış olur. Örneğin Hartmut'un annesi için köken sistem güncel sistemin önünde geliyordu. Bu nedenle yanlış oldu.

DAGMAR Yani, bir zamana bağlı öncelik, bir de güncel olanın önceliği var diyorsun. Doğru mu anlıyorum?

HELLINGER Bir sistemin içinde sisteme aidiyetin başlangıcına göre işleyen bir öncelik var. Ama sistemlerin birbirini izlemesi içinde yeni ailenin eskisine göre önceliği vardır.

İlk bağın önceliği

FRANK Sistemlerin niteliği açısından da bir öncelik olmalı. Yani doğal ya da sağlıklı bir sistem ile doğal olmayan ya da hastalığa yol açan bir sistem arasında.

HELLINGER Hayır, böyle bir ayrım yok. Kişinin ilk kurduğu bağ, niteliğinden bağımsız olarak ikincisinin önünde gelir. Yani ikinci bağ ilkinden daha az bağlayıcıdır. Dolayısıyla bağın derinliği ilişkiden ilişkiye azalır. Ancak bağ, sevgi anlamına gelmez. İkinci bir ilişkide sevgi daha büyük olabilir ama bağ daha azdır. Bir bağın derinliği, çözüldüğünde kişinin duyduğu suçluluğun büyüklüğünden anlaşılabilir. Kişi ikinci bir bağın ardından ilkinin ardından duyduğundan daha az suçluluk duyar. Yine de ikinci sistem ilkinin önünde gelir.

HARTMUT Kendimi çok tazelenmiş, enerji dolmuş hissediyorum; “Gerçek sizi özgür kılar” deyişindeki, bir özgürleşmenin başlangıcındaki gibi.

Hiyerarşiler

HELLINGER Hiyerarşiler, özellikle de kökendeki düzen üzerine bir şey söylemek istiyorum. Her grubun, aidiyetin başlangıç zamanından doğan bir hiyerarşisi vardır. Bu aileler ve kuruluşlar için geçerlidir.

Ailedeki hiyerarşi

Ailelerde trajik bir gelişim yaşandığı her zaman, sonradan gelen, kökendeki düzeni çiğnemiştir. Yani önceden gelenlerin hakkı olan konusunda haddini aşmıştır. Bu haddini bilmezlik çoğu zaman öznel değil, nesneldir.

Örneğin bir çocuk ana babasının kefaretini ödemeye ya da ebeveynin işlediği bir suçun sonuçlarını üstlenmeye kalkıştığında bu bir haddini aşmadır. Ama sevgiyle hareket eden çocuk, haddini aştığını fark etmez. Vicdanı kendisini buna karşı uyaran bir ses işitmez. Bu nedenle trajik kahramanların hepsinin gözü kördür. İyi ve yüce bir şey yaptıklarını sanırlar. Ama bu inanç onları yıkımdan korumaz. İyi niyet ya da vicdanın çağrısı -çoğu zaman sonradan- oyuna katıldığında sonuç değişmez.

Çocuk haddini aşmaya karşı duramaz, çünkü sevgisi ve niyetlerin en iyisiyle haddini aşmaya sürüklenmiştir. Ancak yetişkin olduğu ve içgörü kazandığında haddini aşmanın zincirlerini kırıp kendisine ait olan yere geri çekilebilir. Ama haddinin ötesindeki bu konumdan geri çekiliş çocuğa zor gelir. Çünkü birden kendi ayaklarından başka dayanağı kalmaz olur. En aşağıdan başlayarak yalnızca kendine güvenmek zorundadır. Fakat bu yerde gücü yoğunlaşmış olacaktır. Haddi olmayan konumda ise kendisi olmaktan çıkar, kendisine yabancılaşır.

Aile terapisinde bu nedenle öncelikle, bir kişinin haddi olmayan bir şeye girişip girişmediğine bakılır. Önce bu düzene sokulur.

Yakınlık sırası

Çocuk, ebeveynin çift ilişkisine ilişkin hiçbir şey bilme hakkına sahip değildir. Bu çocuğu ilgilendirmez. Bir çift ilişkisinde yaşananlar başka kimseyi de ilgilendirmez. Birisinin mahrem ilişkisine dair şeyleri başka birisine aktarması kötü sonuçları olan bir güven istismarıdır. İlişkiyi parçalar. Yaşananlar yalnızca o ilişkinin taraflarına aittir. Mahrem olan, başkaları için sır kalmak zorundadır. Örneğin bir erkek ikinci karısına ilk eşiyle mahrem ilişkisi hakkında hiçbir şey anlatmamalıdır. Çift ilişkisine dair her şey erkek ve kadın arasında saklanan bir sır olarak kalmalıdır. Ebeveynin çocuklara bu konudan söz etmesi çocuklar için son derece kötü bir şeydir. Sözgelimi bir kürtaj çocukları hiç ilgilendirmez. Bu, ebeveynin mahrem ilişkisine girer. Terapistle de ancak diğer taraf korunacak şekilde konuşulmalıdır. Yoksa ilişki parçalanır.

Boşanmada öncelik

KATILIMCI Ebeveyn boşandığı, çocuklar da nedenini sorduğunda ne yapmalı?

HELLINGER Onlara bunun kendilerini ilgilendirmediği söylenir. “Biz ayrılıyoruz ama sizin için anne ve baba olarak kalacağız.” Sona eren çocuk-ebeveyn ilişkisi değildir. Ancak bir ayrılıkta çoğu zaman çocukların bakımı taraflardan birinden alınarak diğerine verilir. Ama çocuklar ebeveynden alınamaz. Ebeveyn boşanmanın ardından da bütün hak ve sorumluluklarını korur. Yalnızca çift ilişkisi ayrılmıştır. Çocuklara kime gitmek istedikleri de sorulmamalıdır. Yoksa çocuklar, birine karşı, diğerinden yana olmak üzere ana baba arasında bir seçim yapmak zorunda bırakılırlar. Böyle bir şey onlardan talep edilmemelidir. Ana baba kendi aralarında çocukların kiminle yaşayacağını görüşür, kararlarını onlara bildirirler. Karşı çıksalar da çocuklar ana babalarının arasında seçim yapmak zorunda kalmadıkları için içsel olarak özgür ve mutlu olurlar.

KATILIMCI Çoğu ana baba çocuklarına çift olarak aralarında iyi gitmeyen şeyleri anlatarak rahatlamaya çalışmaz mı?

HELLINGER Ayrılıkların suç içermediğinden hareket etmelisiniz. Kaçınılmazdırlar, normalde kaçınılmazdırlar. Kendinde ya da başkasında bir suçlu ve suç arayan, kaçınılmaz olanla yüzleşmekten kaçınıyor demektir. O zaman da "eğer…" ile başlayan bir çözüm olabilirmiş gibi davranılır. Oysa bu doğru değildir. Ayrılıklar kilitlenmeler sonucudur. Eşlerden her ikisi de belirli bir şekilde kilitlenmiştir. Bu nedenle terapist olarak ben hiçbir zaman bunda kimin ya da neyin suçu olduğunu aramam. Onlara bittiğini söylerim; iyi bir niyetle başlamış olsanız da şimdi ilişkinin bitmesinin verdiği acıyla yüz yüze gelin derim. Acıyla yüz yüze gelirlerse barış içinde ayrılabilir, halledilecek şeyler varsa birlikte halledebilirler. Sonunda herkes kendi geleceği için özgür olur. Ben bu şekilde hareket ederim. Bu herkes için rahatlatıcı olur.

KATILIMCI Boşanmanın çocuklar üzerindeki sonuçları konulu bir çalışmaya katıldım; senin bu konuda söyleyeceklerini merak ediyorum. Çiftler çocuklara ayrılmak istediklerini bildirdiklerinde çocukların ilk tepkisi, bir yanlış yaptıklarını, ebeveynin de bu nedenle boşandıklarını sanmak oluyor.

HELLINGER Ana baba arasında bir sorun olduğunda çocuklar suçu kendilerinde arar. Ana babayı bundan ötürü suçlamaktansa kendileri suçlu olmayı yeğlerler. Ebeveynin, "Karı koca olarak ayrılmaya karar verdik. Ama biz hep sizin ana babanız olacağız, siz de bizim sevgili çocuklarımız olarak kalacaksınız" demesi çocuklar için çok rahatlatıcıdır.

KATILIMCI Bunu kabul edebilirim. Yalnız ana baba büyük bir hayal kırıklığı yaşadığı için çocukların soru sorduğunu gördüm çoğu zaman. Bu durumda ne yapmam gerek?

HELLINGER Sana çözümü verdim. Ama boşanmalarda önemli bir şey daha var. Çocuklar boşanmanın ardından, çocukların varlığında karşı tarafı en çok sayan tarafa verilmeli. Bu da genelde erkek oluyor. Erkek, çocukların varlığında kadını, kadının erkeği saydığından daha çok sayıyor. Nedenini bilmiyorum, ama görülebilir bir şey bu. Boşanmak isteyen bir çifte danışmanlık yapıldığında onlara, çocuklar için en iyisinin her birinin çocukların varlığında, sonunda nereye varmış olursa olsun eşe karşı başlangıçta beslenen sevgiyi sürdürmeleri olduğu söylenir. Başlangıç, çoğu

çift için mutluluk, yakınlık dolu bir zamandır. Ayrılığın ardından da bu yakınlığın anısıyla bakarlar çocuklarına.

Kuruluşlardaki hiyerarşi

HELLINGER Kuruluşlarda başlangıç düzeninin yanı sıra görev ve hizmete dayalı bir hiyerarşi daha vardır. Örneğin yönetim, diğer bölümlerden önce gelir, dışarıya karşı kuruluşun varlığını teminat altına alır. Bu nedenle de, ailede erkeğin kadına karşı olduğu gibi önceliği vardır.

Bir klinikte sözgelimi, yönetici, şefin yanında yer alır. Onun sağ koludur. Şef ve idarenin işlevi, kuruluştaki diğer her şeyin temelini oluşturur. Kliniğin amacı açısından, tıpkı, ailenin amacı açısından kadının erkekten daha önemli görünmesi gibi, en önemli grup olarak görünseler de doktorlar ancak bundan sonra gelir. Dolayısıyla doktorlar ikinci önemli gruptur. Bunu başlı başına bir grup olarak hasta bakıcılar ve mutfak personeli gibi o da başlı başına bir grup olan yardımcı personel izler. Bu gruplar arasında işlevlerine göre belirlenen bir hiyerarşi vardır.

Bu gruplar dahilinde de, bireyleri arasında işlevlerine göre belirlenen hiyerarşinin yanı sıra başlangıç düzeni geçerlidir. Doktorlar arasında işe daha önce girenin daha sonrakiler karşısında önceliği vardır. Onu kendisinden sonra çalışmaya başlayan izler vb. Bunun işlevle bir ilgisi yoktur. Yalnızca aidiyetin süresi ile belirlenen bir düzendir.

Bu gruba dışarıdan birisi şef olarak atandığında, şef bile olsa başlangıç düzeni açısından gruptaki son sırada yer alır. Dolayısıyla grubu bu hiyerarşi açısından sonuncuymuş gibi yönetmek zorundadır. İşlevini gruba sunulan bir hizmet olarak görürse bunu rahatça yapabilecektir. Bu durumdaki bir şef bunun nasıl yapıldığını bilirse en sonda gelen konumdan yürütülen yönetim özellikle etkilidir. Yönetimi sonuncunun konumundan gerçekleştiren kişi, hiyerarşiyi gözettiği için herkesi kazanır. En önde, sonuncuymuş gibi durmalı ve yönetmelidir.

Kimi zaman bölüm ve gruplar arasında da başlangıç düzenine uygun bir hiyerarşi vardır. Örneğin bir kliniğe yeni bir bölüm açıldığında, daha önceden varolan bölümleri kendisine bağımlı kılan bir önem kazanmadıkça sıralamada öncekilerden sonra gelir.

KATILIMCI Ama böyle bir şef, kendisinden daha önce çalışmaya başladığı için daha üst bir sırada olan birinin işine son verebilir mi?

HELLINGER İşine haksız yere son verirse grubun güveni sarsılır ve bir süre sonra dağılır. Haklı bir işten çıkarma ise yerindedir. Söz konusu kişi görevini layığıyla yerine getirmemiş ya da işinin ehli değilse ona daha alt düzeyde bir görev de verilebilir. Ama bununla başlangıç düzenindeki yerini kaybetmez. Bunlar iki farklı alandır. Yani işlev bir alan, başlangıç düzeni ise diğer alan.

Daha aşağı sırada gelen bir grup daha üst sıradakinin hakkı olan bir şeye el attığında kuruluş çöker. Bunun bir örneği, şefe hizmet etmek yerine ona hükmetmeye kalkışan yönetimdir. Ya da bir alt grupta, daha yukarıda yer alan bir kişiye düşeni sınırını aşarak üstlenen birisi. Grup üyeleri arasında elbette daha yüksek konumlara, yönetime gelmek için savaşım da vardır. Yetkinlik ve kapasite iddiası grup açısından doğrulanmış ve aynı anda diğer hiyerarşi de gözetilmekteyse bunun bir sakıncası yoktur. Bunu burada daha fazla açıklamak istemiyorum ama bakan görebilir.

Karşı koyuş

GETRUD Bu hiyerarşi zihnimi kurcalıyor elbette ve birden bir duygu yükseldi içimde -ama tam olarak çıkaramıyorum artık. Sanki o zamanlar benimle evlenmemiş gibi eşim. Piyango bana vurmuştu, bunu da güzel buldum. Ama hemen mahvettim.

HELLINGER Bir zamanlar biri varmış, açmış karnı. Eline, bir güzel donanmış bir sofraya oturma fırsatı geçmiş. Ama o, “Gerçek olamaz!” deyip aç kalmaya devam etmiş.

Çocuk sahibi olmama kararı

SOPHIE Adım Sophie. Otuz yedi yaşındayım. Psikologum ve altı aydan bu yana kendi ofisim var. Özel yaşamımda da on yıldır evliyim.

HELLINGER Çocuklarınız var mı?

SOPHIE Hayır, ben de tam bunu söylemek istiyordum. Konu gündeme geldi artık çünkü yaşça karar verilmesi gereken bir çağa geldik.

HELLINGER Karar verilmiş.

SOPHIE Karar verilmiş mi? Çocuk yapmayacak mıyız, yoksa ne demek istiyorsun?

HELLINGER Evet.

SOPHIE Mm. Peki bu sonuca nasıl varıyorsun?

HELLINGER Görülüyor.

SOPHIE Evet, bunu ben de bir süredir kendime soruyorum.

HELLINGER Kararınız bu yönde, şimdi bunun arkasında dur. Nokta! Yoksa orada takılır kalırsınız.

Varlık ve yokluk

HELLINGER Bu konuda temel önemi olan bir şey söylemek istiyorum.

Kişi bir şeye karar verdiğinde genelde başka bir şeyden vazgeçmek zorundadır. Kararını verdiği gerçekleşendir. Bıraktığı ise olan ve gerçekleştirilen karşısında yokluk gibi hareket eder.

Yani olan ve gerçekleştirilen her varlık, bir yoklukla çevrilidir; buna ait olan bir yokluk olmaksızın düşünülemez. Ama yokluğun da bir etkisi vardır. Hiçlik değil, sadece yokluktur. Varlığımda yokluk olanı hiçe sayacak olursam, yokluk, varolandan bir şey alır götürür. Sözgelimi bir kadın kararını aile ve çocuklara karşı, kariyerinden yana vermişse ve aile, çocuklar ve eşi saymıyor ya da küçük görüyorsa buradaki yokluk, seçiminden bir şey alır götürür. Böylece azalır elindeki. Tersine, kariyeri uğruna bıraktığı yokluğu büyük bir şey olarak saydığında bu yokluk, seçimine bir şey katar. Seçimi böylece büyür ve çoğalır. Bunu anlayabiliyor musun?

SOPHIE Evet.

HELLINGER Eğer istersen bunu şimdi kendi durumunda uygulayabilirsin.

(Bu konuda "Yokluk" öyküsüne bkz. sf. 348)

İlişkideki sonuçları

SOPHIE Ben seçimimi kariyerden yana değil, ilişkiden yana yaptım. Çünkü anlaşılan kafamda doğacak çocuğun bu ilişkiyi koparacağı fikri vardı. Sen bizim kararımızı çocuk aleyhine yaptığımızı söylediğinde birden buna benim karar vermiş olduğumu, kocamı bir çocuktan mahrum etmeye hakkım olmadığını fark ettim.

HELLINGER Kocanın çocuk istemesi, seninse istememen ilişkinin sona erdiği anlamına gelir. Bunu kararının sonucu olarak hesaba katmak zorundasın, yoksa kendini aldatırsın. Bununla birlikte kocan seninle kalmayı seçecek olursa bunun da değerini özellikle bilmelisin.

Sürtüşme

IDA İsmim Ida. Kocam Wilhelm’le birlikte geldik. İş yerinde çok işimiz var. Ticari mümessillik yapıyorum, anne ve ev kadınıyım. Eğitimimi yaptığım psikoloji alanında da çalışmak istiyorum ama koşullar henüz buna uygun görünmüyor. Bir dileğim daha var. Geçen sefer birlikteyken, seninle sürtüşme içinde olduğumu fark etmiştim.

HELLINGER Sen hep bir parça sürtüşme içindeydin.

IDA Bir parça. Ama şu anda bunu arıyorum. Seni bir şekilde içselleştirdim. Acil bir sorun karşısındayken kendime hep “Şunu Bert’e yazayım” der, mektup yazmaya koyulurdum. Gider gelir mektubun orasını burasını düzeltirken gece ya da gündüz bir an gelir, seni rahatsız etmeden çözümü bulurdum. Ama iki yıldır bunun sonu geldi.

HELLINGER Burada çözülmemiş bir şey var. Benden bir dileğin var: Bunu bir sürtüşme olarak adlandırıyorsun.

IDA Bunu yeniden kazanmak istiyorum, çünkü benim için iyi bir şeydi.

HELLINGER Bir şey artık yürümediğinde onun yerine daha iyisini koymak zorundadır insan.

IDA Bulamıyorum ki!

HELLINGER Bunun yerine konabilecek daha iyi bir şey ya da daha iyi birini bulup bulamayacağımıza birlikte bakabiliriz. (Bkz. sf. 278)

IDA Yani kendi adıma üzüldüğüm…

HELLINGER Sana bir şey önerdim. Anlaştık mı?

IDA Evet. Bir şey daha. Dün makası aldığım gibi kâküllerimi kısalttım.

HELLINGER Yeterince kısaltmamışsın.

Gülüşler. Daha önce, saçlarını gözlerinin üzerine doğru uzatan kadınların zihinlerinin karışık olduğu, kâkül ne kadar uzunsa karmaşanın da o kadar büyük olduğu yolunda bir gözlem yapılmıştı.

HELLINGER Başka bir şey var mı?

IDA Evet. Etrafımdaki bütün bu heyecan ve kargaşaya rağmen iyiyim.

Çocukların kötü notları

WOLFGANG Adım Wolfgang. Üniversitede çalışıyorum. Belirli alanlarda psikoterapi de yapıyorum. Burada kişisel konularda da bu kadar çalışma yapma fırsatı olduğunu pek bilmiyordum. Evliyim, iki çocuğum var. Beni uzun zamandır hayli tasalandıran, çocukların kötü notlarla gelmesinin üzerimde çok derin bir etki yaratması. Şu sıralar oğlumla böyle bu.

HELLINGER Sen küçükken durum nasıldı? Okulda iyi notlar alır mıydın?

WOLFGANG İlkokulda son derece iyiydim, sonra ortaokula geçtim ve birden değişti her şey, bir daha da toparlayamadım.

HELLINGER Kötü notlarla geldiklerinde çocuklara “Bende de böyle olmuştu; başarım birden düştü, sonra da bir daha toparlayamadım” demelisin.

WOLFGANG Bu konuyu düşünmeliyim.

HELLINGER Yapman gereken bunu onlara söylemek, düşünmek değil. Sadece böyle söylemek.

Gruba Çocuklara bunu söyleyecek mi? -Söylemeyecek. Çözümden kaçınıyor.

Wolfgang’a Bir kadın bana kızı konusunda çok tasalı olduğunu söylemişti. Kızı Michael Jackson diye birine aşık olmuş. Bir sunak kurmuş onun için, her sabah karşısına geçip dua ediyormuş. Michael Jackson’ı öksürük tutacak olsa o da öksürüyormuş. Kadın ne yapması gerektiğini sordu. “Ona, ben de böyleydim” demesini söyledim.

İyi bir ilaçtaki ikilem nedir, biliyor musun? Yutarsın, etkisini gösterir. Ama yutmadan önce parçalarına ayıran, öyle rahat yutamaz.

Ertelenen yas

ROBERT Adım Robert, girişim danışmanı olarak çalışıyorum. Üç yetişkin çocuğum var, en küçük oğlumla birlikte yaşıyorum.

HELLINGER Boşandın mı?

ROBERT Ayrıyız.

HELLINGER Ne zamandır?

Robert hüngür hüngür ağlamaya başlar.

HELLINGER Gözlerini aç! Bu duygu seni zayıflatıyor. Hiçbir yararı yok. Bana bak! Beni görüyor musun? Gözlerimin rengini görüyor musun?

Gruba Dikkatini başka bir şeye çevirmek zorundayız, o zaman bu duygudan çıkar.

Robert'e Ne zamandır ayrısın?

ROBERT Altı aydır.

HELLINGER Giden kimdi?

ROBERT O.

HELLINGER Ne oldu?

ROBERT Sürdürmek istemedi.

HELLINGER Şu andaki duyguna ver dikkatini. Kaç yaşında?

ROBERT Galiba çok yaşlı.

HELLINGER Bu duyguyu yaşayan çocuk kaç yaşında?

Gruba Ona bakarsanız gözlemleyebilirsiniz.

Robert’e Çocuk tahminen kaç yaşında?

ROBERT Üç yaşında.

HELLINGER Doğru. Üç yaşındayken ne oldu?

ROBERT En küçük kız kardeşim öldü.

HELLINGER Kız kardeşin. İşte bu.

Gruba Burada eski bir durum ve eski bir duygunun bugüne aktarılması var. Durum ve duygunun ait olduğu yerde kalması ve orada ele alınması gerek.

Robert’e Şimdi güncel aileni dizeceğiz.

ROBERT Hayır, şimdi olmaz. Hıçkırıklar içinde ağlar.

HELLINGER Sana son bir şans veriyorum.

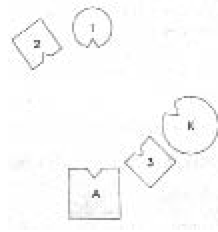
Robert ailesini dizer.

Dizim: Kız çocuk babanın kız kardeşini temsil ediyor

HELLINGER Robert’e Sen ya da karın önceden bir evlilik ya da nişanlılık dönemi yaşadınız mı?

ROBERT Hayır.

1. Resim



A Adam (=Robert)

K Kadın

1 İlk çocuk, kız

2 Ortanca çocuk, oğul

3 En küçük çocuk, oğu

HELLINGER Adam nasıl?

ADAM Sırada yer almama karşın kendimi yitik hissediyorum.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Şaşkın. Büyük oğluma bakıyorum ve bedenimi başka yöne çevirmek istiyorum.

HELLINGER Duygu olarak nasılsın?

KADIN İyi değil.

HELLINGER Kız nasıl?

İLK ÇOCUK Yerim iyi ama yalnızca babayı görüyorum.

HELLINGER Büyük oğul nasıl?

ORTANCA ÇOCUK Her şeyi gördüğüm için iyi ama biraz daha temas istiyorum.

HELLINGER Küçük oğul nasıl?

EN KÜÇÜK ÇOCUK Burada ağabeyimle büyük bir çatışma halindeyim ve hiç iyi değilim. Öte yandan, ana babamın iki yanımda olması benim için güzel bir duygu.

ADAM Tamamlamak istiyorum; karımı algılamıyorum, yalnızca kızımı algılıyorum. Kendimi yitik hissedişim aşağıdan geliyor. Kendimi en küçük oğla yakın hissediyorum.

HELLINGER Robert'e Küçük kız kardeşine ne oldu?

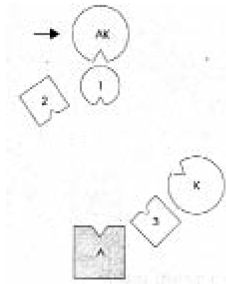
ROBERT Ben üç yaşındayken öldü.

HELLINGER Neden?

ROBERT Zatürree.

HELLINGER Şimdi küçük kız kardeşini de diz.

2. Resim



AK Adamın erken ölen kız kardeşi

HELLINGER Gruba Kızın küçük kız kardeşle özdeşleştiği görülüyor. Babası için ölen kız kardeşini temsil ediyor.

Adamda ne değişti?

ADAM Dehşete kapıldım.

HELLINGER Kız şimdi nasıl, daha mı iyi daha mı kötü?

İLK ÇOCUK Daha öfkeli.

HELLINGER Kadın şimdi nasıl?

KADIN Bir şeyi anladım. Oraya girmek zorunda olduğum duygusunu taşıyorum. Böyle daha farklı oldu, aslında daha iyi.

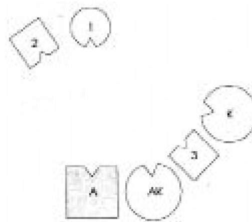
HELLINGER Gruba Burada kız kardeş en önemli kişi. Hangi nedenden olursa olsun önemli bir kişi eksik olduğunda sistem bozulur. Bu çoğu durumda baba ya da annenin erken ölen bir kardeşidir. Bu kişi dahil edildiği anda sistemde yeni enerji olur. Ancak bundan sonra bir şey değişebilir.

HELLINGER Ölen kız kardeş nasıl?

AK Bilemiyorum.

Hellinger ölen kız kardeşi erkek kardeşinin, adamın yanına yerleştirir.

3. Resim

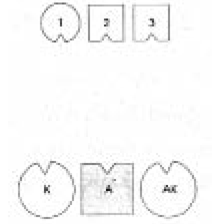


HELLINGER Kadın şimdi nasıl?

KADIN Çılgınca belki ama artık kocama dönebilirim.

Hellinger resmi değiştirir.

4. Resim

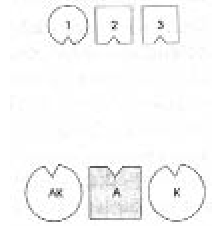


HELLINGER Adam için böylesi nasıl?

ADAM Kız kardeşim geldiğinde çok güzeldi, karım geldiğinde de güzeldi, ama ikisinin birbirleriyle yer değiştirmesi gerektiğini hissediyorum.

HELLINGER Olabilir.

5. Resim



ADAM Böyle iyi.

KADIN Şimdi daha farklı ve daha iyi.

HELLINGER Ölen kız kardeş nasıl?

AK İyi.

HELLINGER Çocuklar nasıl?

Hepsi: İyi.

HELLINGER Kadına Çocukların böyle karşında durması senin için nasıl?

KADIN Evet, iyi.

HELLINGER Robert'e Şimdi kendi yerine geç.

ROBERT Yerine geçtiğinde Anlamıyorum.

HELLINGER Anlamana gerek yok. Gereken, yerine geçmen.

Robert başını sallar.

HELLINGER Gruba Çözümün ne kadar zor olduğunu görüyor musunuz? Çözüme nasıl direndiğini? Ama böyle. -Tamam, bu kadardı.

Kötüyle sağlanan denge

HELLINGER Soru şu: Kız kardeşinin yerini alabilmesi için Robert şimdi ne yapabilir ve neye dikkat etmek gerek?

Birincisi: Robert yaşadığı için ölen küçük kız kardeşi karşısında suçluluk duyuyor. Kendisi avantajlı, kız kardeşi ise dezavantajlı. Tasavvuru bu. Arada böyle bir fark olduğunda avantajlı durumda olan, dengeyi sağlamak için, alabileceğini almaz. Yani yaşamı almaz, karısını da almaz, çünkü küçük kız kardeşiyle arasında denge olmasını ister. Kör bir tepkidir bu. Kimsenin karşı duramayacağı bir zorlama gibi etki eder. Bunun arkasında, kendisi kötü durumda olursa kız kardeşinin daha iyi olacağı, kendisi ölecek olursa kardeşinin yaşayacağı gibi büyülü bir inanç da iş başındadır.

Sevgi düzeni

HELLINGER Ancak daha yüksek bir düzlemde bir çözüm var. Bilinçsiz zorlamayı daha yüksek bir düzenle aşabiliriz. Bu düzen, sevgi düzenidir. Yalnızca sevgiyle değil, çünkü zorlama da sevgidir; daha yüksek bir düzlemde, sevginin, içinde hem kendi alınyazımızı hem de sevdiğimiz insanın alınyazısını birbirinden bağımsız olarak tanıyıp kabul ettiğimiz ve her ikisine de tevazu içinde ayak uyduracağımız daha yüksek bir düzeniyle.

Şimdi onun için çözüm getirici edim ne olabilirdi? Kendisini suçlu hissetmesini ciddiye almak ve kız kardeşine çözüm getirici bir cümle söylemek zorunda. Çözüm getirici cümle de… Kardeşinin adı ne?

ROBERT Adelheid.

HELLINGER “Sevgili Adelheid.” Benim ardımdan tekrarla. Söyle: “Sevgili Adelheid.” Söyle bunu!

Robert hıçkırır.

HELLINGER Senin şimdi yaptığın kız kardeşin için kötü. Gruba Bu şekilde davranırsa ölüm kız kardeşi için iki katı kötü olacak. Çünkü, yalnızca kardeşi ölmüş gibi değil, kendisi de şimdi bunun için ölmek zorundaymış gibi davranıyor. Dolayısıyla yasıyla kız kardeşinin kaderini daha da kötü bir hale getiriyor. Çünkü kendisi kız kardeşini sevdiği gibi, kardeşi de onu seviyor.

Çözümü yine de söyleyeceğim, o bunu kullanmasa da. Cümle şöyle: “Sevgili Adelheid, sen öldün, biraz daha yaşayıp sonra ben de öleceğim.” Çözüm getiren cümle bu. Telafiyi barındırıyor ve buna rağmen özgürlüğü. Tevazu var içinde. Kendini üstün görme sona eriyor. Ölülerle dayanışma içinde -ve o yaşıyor.

İkinci olarak, hem kendisi hem de kız kardeşine yardımcı olacak bir alıştırma önereceğim: Ona bir yıl boyunca dünyayı göstermesini. Küçük kız kardeşini elinden tutarak ona bir yıl boyunca dünyadaki güzel şeyleri

gösterecek. Sözgelimi karısını ve çocuklarını gösterebilir. Bu bir olanak olurdu. O zaman, kaçırdıklarını kardeşi için telafi eder.

Robert'e Zor bir iş yapman gerektiğinde onu yanına alarak yap. Başka türlü yapmayacağın bir şeyi yapmak, zor bir şeyin üstesinden iyi bir şekilde gelmek için onun alınyazısından kuvvet al. O zaman onun erken ölümü, kendisi artık burada olmasa da senin bugünün üzerinde olumlu bir etki yapar. O zaman senin aracılığınla iyi olanda yaşar. Ve bu barıştırıcıdır. Bu da bir kez daha telafi haline gelir.

Takdir yoluyla denge

IDA Kendi üzerimde çalıştığım bunca zamandır takdir etmeyi unuttuğum birisi var: Kız kardeşim.

HELLINGER Ne oldu ona?

IDA En büyüğümüz. Anneme ulaşmanın yolunu kapadı ve her zaman olumsuzu gördüm. Elbette olumsuz bir yanı da vardı bunun ama bana pek çok şey verdi, ona çok şey borçluyum.

HELLINGER Bu herkesin içinde bile söylenebilir.

IDA Her zaman ona iyi bir şey yapma isteği duydum ama olmadı.

HELLINGER Böyle de olmaz zaten. Böyle bir durumda yapılabilecek ve yapılması gereken tek şey, takdir etmektir. Bu önce içsel bir süreçtir, sonra dile de getirilebilir. Örneğin şu anlama gelecek şekilde: "Bana ne verdiğini biliyorum, onu sayıyorum ve verdiğin bana eşlik ediyor." Yapılabilecek en yüksek şey budur. Verme yoluyla denge sağlamaya çalışmaktan çok daha fazlasıdır böylesi.

Dizim: Çoğu kişi vermek zorunda kalmış olsa bile almak

KLARA Adım Klara. Sosyal pedagogum ve bu arada psikoloji eğitimi yapıyorum. Ne yapmak istediğime gelince. Aileme ilişkin bir şeyi çözmek istiyorum.

HELLINGER Neyi?

KLARA Kardeşlerimle yaşadığım durumu. Benden büyük iki üvey kız kardeşim var. İlki, annemin çocuğu, Barbara. İkincisi de babamın çocuğu, Franziska, ama onu tanımıyorum.

HELLINGER Kimden bu çocuk? Hangi karısından?

KLARA Annesiyle tanıştığında babam evliymiş. Bundan kısa bir süre sonra da benim annemle tanışmış. Yani Franziska'nın annesiyle uzun bir ilişkisi olmamış.

HELLINGER Baban daha önce evli miymiş?

KLARA Evet.

HELLINGER O kadına ne olmuş? Baban neden terk etmiş onu?

KLARA Araya savaş girmiş. Bana ayrı düştüklerini anlatmıştı.

HELLINGER Bu evlilikten çocukları olmuş mu?

KLARA Hayır.

HELLINGER Sonra ikinci eşiyle tanışmış?

KLARA Evet.

HELLINGER Neden onunla evlenmemiş?

KLARA Kısa bir süre sonra da annemle tanıştığı için olduğunu düşünüyorum.

HELLINGER Annen o sırada evli miymiş?

KLARA Hayır.

HELLINGER Ama bir çocuğu varmış?

KLARA Evet.

HELLINGER Bu çocuğun babasına ne olmuş?

KLARA Bana, başlangıçta adamın kendisiyle evlenmek istemediğini, sonunda da onun adamı istemediğini anlatmıştı.

HELLINGER Gruba Klara'nın anlattıklarının sistemik olarak ne anlama geldiğini bir canlandırın zihninizde. Yaşamını kendisine yer açan pek çok insan pahasına edinmiş. Kaç kişinin? Babasının ilk eşinin, ilk kızı ve kızının annesinin, annesinin ilk eşinin ve ortak kızlarının. Kaç eder? Beş. Böyle bir durumda çocuk, onların hepsini takdir etmek için, dengeyi kazanmak ve kaybetmekte arar ve bu sırada da kendisi kaybeder. Durum biraz karmaşık. Olasılıkla bir şey yapılamaz. Baskı çok fazla. Başka pek çok insan pahasına da olsa yaşamı bütünüyle almak kişinin pek başarabileceği şey değildir.

Klara'ya Hiç kendini öldürmeye teşebbüs ettin mi?

KLARA Hayır.

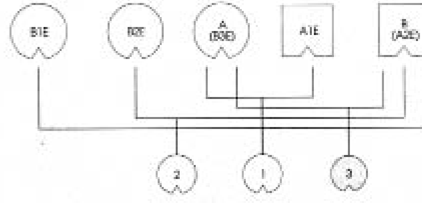
HELLINGER Kendini öldürmeyi aklından geçirdin mi?

KLARA Hayır.

HELLINGER Tanrıya şükür.

(Klara ağır bir trafik kazası geçirmiş, yürüyemez olmuştur.)

Klara’nın köken ailesindeki eş ve çocuklar



B Baba, annenin ikinci eşi (A2E)

A Anne, babanın üçüncü eşi (B3E)

A1E Annenin ilk eşi, 1’in babası

1 Annenin ilk eşinden çocuğu, kız

B1E Babanın ilk eşi

B2E Babanın ikinci eşi, 2’nin annesi

2 Babanın ikinci eşinden çocuğu, kız

3 Anne ile babanın ortak çocuğu, kız (=Klara)

HELLINGER Klara’ya Şimdi köken aileni diziyoruz. Kimlerden oluşuyor?

KLARA Babam, annem, ben, babamın ilk eşi, ondan tanımadığım bir kızı olan ikinci eşi. Ama bu kadınla evli değildi. Sonra annemin evliliğinden önce bir kız doğurduğu adam ve kız.

HELLINGER Kardeşlerin sırası nasıl?

KLARA En büyüğümüz annemin ilk çocuğu, sonra babamın ilk çocuğu, en küçükleri de ben. Babamın ilk çocuğu dünyaya geldiğinde o daha ilk karısıyla evliymiş.

HELLINGER Annen, çocuğun babasıyla neden evlenmemiş?

KLARA Annemi tanıdığında adam nişanlıymış. Çocuğun doğumunun ardından Doğu Almanya’ya geri dönmüş.

HELLINGER Orada evlenmiş mi?

KLARA Sanıyorum evet.

HELLINGER Başka çocukları var mı?

KLARA Var galiba.

HELLINGER O halde büyük ablanın, tanımadığı kardeşleri de var. Hem babasını hem de kardeşlerini gidip görmesi önemli.

KLARA Bunu yapmaz.

HELLINGER Sana bunun üzerine bir öykü anlatayım:

Geldiler

Bir kursta babasını hiç görmemiş genç bir adam vardı. Annesi gençken Paris'te bir Fransız ile tanışmış, ondan hamile kalmıştı. Bunun üzerine ailesi adamı hemen başka bir kadınla evlendirmişti. Çünkü Fransa'da evli bir erkek nafaka ödemek zorunda değildi. Adam bunun üzerine bütün köprüleri atmış, kadın onun izini kaybetmişti. Elinde ona ilişkin ne bir adres ne de ipucu vardı.

Genç adam yirmi yaşına geldiğinde annesiyle birlikte arabaya atladıkları gibi Fransa'ya gittiler. Ancak anne ile gencin büyükbabası, yani babasının babası arasında içsel bir bağ vardı, kadın da dümeni ona bırakmıştı.

Günün birinde bir köyden geçerlerken bir kapının üzerinde bu adamın soyadını gördüler. İçeri girdiler, karşılaştıkları bir kadına filancayı tanıyıp tanımadığını sordular. "Bir dakika!" dedi kadın, telefona gidip numaraları çevirdi ve "Geldiler" dedi.

Klara'ya Tamam, şimdi diz.

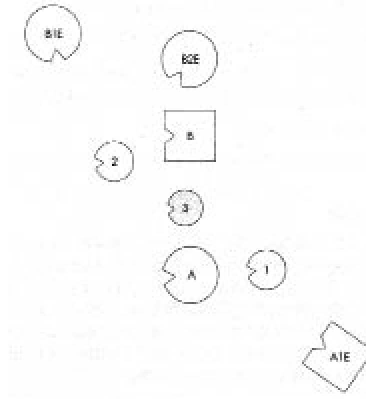
KATILIMCI Klara'ya Babanın ilk eşine ne olmuş? Ailesi var mı? Hayatta mı?

HELLINGER Bu burada önemli değil. Çok fazla enformasyon olmasın, yoksa doğru hissedemez olursunuz.

HELLINGER Temsilcisini baba ve anne arasına yerleştiren Klara'ya Annenle baban boşandı mı?

KLARA Hayır.

1. Resim



B Baba, annenin ikinci eşi

A Anne, babanın üçüncü eşi

B1E Babanın ilk eşi

B2E Babanın ikinci eşi, 2'nin annesi

A1E Annenin ilk eşi, 1'in babası

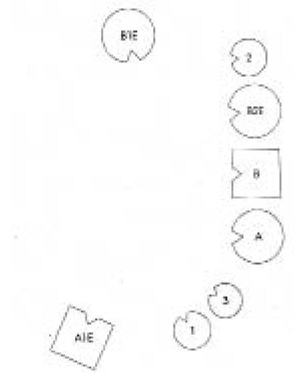
1 Annenin ilk eşinden çocuğu, kız

2 Babanın ikinci eşinden çocuğu, kız

3 Anne ile babanın ortak çocuğu, kız (=Klara)

HELLINGER Hemen düzeni kuruyorum.

2. Resim

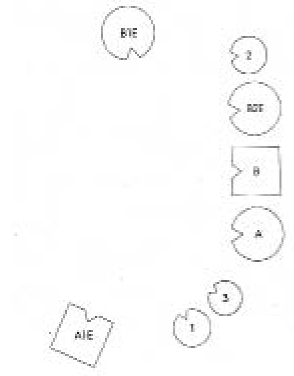


HELLINGER Bu ikinci çocuk için nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi.

HELLINGER Annenle yer değiştir bakalım.

3. Resim



İKİNCİ ÇOCUK Daha da iyi oldu.

HELLINGER Babanın ikinci karısı nasıl?

BABANIN İKİNCİ KARISI İyi böyle.

ANNE Benim için de.

HELLINGER Klara’nın temsilcisine En küçük kız nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Demin babanın yanında biraz tuhaftı. Anne solumdaydı. Nasıl ona sırt çevirip babaya yöneldiğimi ve anneyi hiç görmediğimi fark ettim. Kız kardeş önümde dururken de, bu benim için bir koruma diye düşündüm; böylece baba ile niyetlendiğimi kimse görmez. Şimdi hâlâ biraz gerilim var anneye doğru ama onun dışında tamam.

HELLINGER En büyük kız nasıl?

İLK ÇOCUK Annenin arkasındayken kendimi çok güçlü hissediyordum. Annem ve kız kardeşlerim üzerinde etkiliydim ama kendimi yabancı da

hissediyordum, ait olmadığımı. Şimdi düzene girmiş hissediyorum kendimi, artık öyle büyük bir güç sahibi olarak değil de güçlü.

HELLINGER En büyük kızın babası nasıl?

ANNENİN İLK EŞİ Demin eski eşimin arkasında dururken sağ tarafım çok ısındı ve beni sürekli ona doğru çekti. Beni buraya yerleştirdiğinde dengelendi bu. Yine de sol tarafımda bir şey eksik.

HELLINGER Tabii oraya şimdiki ailenin gelmesi gerek. -Babanın ilk karısı nasıl?

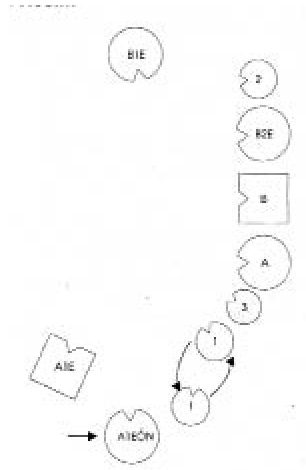
BABANIN İLK EŞİ Kendimi burada yere çakılmış hissediyorum ve sürekli “Bu da neyin nesi!” diye soruyorum. Anlamıyorum.

HELLINGER Erkeğin ikinci kadın ve çocuğu ile bağı ilk bağın önünde geliyor. İkinci eş ilkinin yerine geçmiş.

İLK ÇOCUK Demin annemin arkasında dururken kendimi büyük bir güç sahibi ama aynı zamanda da öfke dolu hissediyordum. Neden, bilmiyorum. Şimdi önceki gibi güçlü hissediyorum kendimi ama öfke de hâlâ var ve kadın sayısının çokluğuyla ilgili bu. Kendimi hepsi arasında en güçlüsü hissediyorum ama ortada bu kadar çok kadın olması beni öfkelendiriyor.

HELLINGER Başka bir şey daha denemek ve babanın nişanlısını da eklemek istiyorum.

4. Resim



A1EÖN Annenin ilk eşinin önceki nişanlısı

HELLINGER Nişanlı nasıl?

ANNENİN İLK EŞİNİN ÖNCEKİ NİŞANLISI Erkeğin solundayken başım döndü, sağında ise nefesim tıkandı. Burada, daha arkada daha iyiyim.

HELLINGER En büyük kıza Bu kadınla aranda herhangi bir ilişki var mı?

İLK ÇOCUK Şu anda buradan çıkmak, yani arka tarafa gitme eğilimi hissediyorum.

HELLINGER Önceki nişanlının yanına geç. Nasıl böyle?

İLK ÇOCUK Daha iyi.

HELLINGER Sen onunla özdeşleşmişsin.

İLK ÇOCUK Burada daha iyiyim.

HELLINGER Buna yol açan özdeşleşme. Onun duygularını taşıyorsun. Babanla annen arasındaki ilişki ile ona ihanet edildi ya. Şimdi bu grupta onun öfkesini taşıyorsun. Bunlar onun duyguları. Senin için yabancı.

Klara'ya İzleyebiliyor musun?

KLARA Evet.

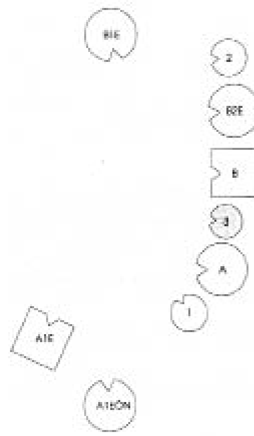
HELLINGER En büyük kıza Şimdi yerine dön. Onunla özdeşleşip özdeşleşmediğini sınamak istedik yalnızca.

Klara’nın temsilcisine Sen nasılsın?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Demin sırtımı hissettim, önce üst kısmını sonra da sanki geriye doğru bükülecekmişim gibi. Büyük ablamın gidişiyle ilintiliydi. Yeniden buraya döndüğünden beri o kadar güçlü değil.

HELLINGER Annenle yer değiştir bir bakalım!

5. Resim



ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Burada kendimi daha iyi hissediyorum.

BABA Benim üzerimdeki etkisi, sanki kefeleri dengede bir terazi varmış da terazinin kolu burada, solumdaki kızdaymış gibi. Annesinin diğer yanında durduğunda terazinin kolu bendeydi. Bedensel olarak da sağa solla doğru sallandım.

HELLINGER Anne için nasıl böylesi?

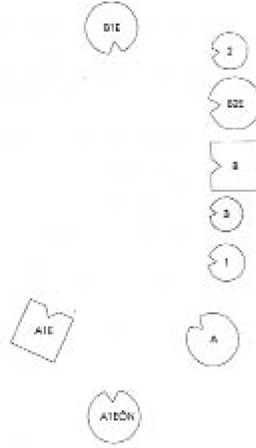
ANNE Benim için çok tuhaf. Bütün bunlar beni ilgilendirmiyor. Bir şey hissetmiyorum. Ama burada, en büyük kızımın yanında daha iyiyim.

İLK ÇOCUK Kendimi anneden sorumlu hissediyorum, ama bunu istemiyorum.

HELLINGER Anne daha çok ilk eşinin sistemine ait. Üçüncü kadın olarak ikinci eşini almaya cesaret edemiyor.

En büyük kıza En küçük kardeşinin yanına geç!

6. Resim



İLK ÇOCUK Burada nefes alamıyorum. Kendimi burada çok iyi hissediyorum ama nefes alamıyorum.

HELLINGER Klara'ya Kendi yerine geç!

KLARA Dizimde kendi yerini alırken En büyük ablamla aramda güçlü bir bağ hissediyorum.

HELLINGER Doğru, çünkü ana babanıza tam olarak güvenemiyorsunuz.

Klara sarsılarak ağlamaya başlar.

HELLINGER Şimdi seninle bir alıştırma yapacağım: Babanın ilk karısına git ve önünde eğil! Hafifçe ama saygıyla eğil.

Bir süre sonra Şimdi ikinci karısına git ve onun da önünde hafifçe eğil!

Bir süre sonra Şimdi de ortanca kız kardeşine git ve onu kucakla!

Klara onu kucaklar ve şiddetle, uzun süre ağlar.

HELLINGER Şimdi büyük ablanın babasının eski nişanlısına git ve önünde eğil!

Bir süre sonra Şimdi de büyük ablanın babasına gidip onun da önünde eğil!

Klara bunu yaptıktan sonra Yerine dön ve çevrene bak! Herkese bak!

Babası kolunu Klara’ya dolar.

HELLINGER Şimdi annene git!

Klara onu kucaklayıp uzun süre ağlar.

HELLINGER Yerine dön şimdi ve çevrene bak! Herkese bir kez daha bak!

Bir süre sonra Böyle iyi mi?

Klara başını sallar.

Kabul edilen kişisel suçun bir güç kaynağı haline gelişi

HARTMUT Robert'in diziminin ve erken ölen kız kardeşine tuttuğu yasın ardından suçluluğun üstlenilmesi sorunu kafamı kurcaladı. Yaşamım boyunca kendimi suç bedeli ödemeye programladığım ve bunun için de Hıristiyan'ca bir üstyapı bulduğum geldi aklıma.

HELLINGER Hıristiyan bir üstyapısı olan, kefaret ödemek zorundadır ya da ödemek zorunda olduğunu sanır. Daha da kötüsü, bunu da yapabileceğini sanır.

İnsanın kişisel bir suçu varsa ve bunun arkasında duruyorsa,, suç, bir güç kaynağı haline gelir. Kişi suçunun arkasında durduğu an suçluluk duygusu da kaybolur. Suçluluk duygusu, suç bastırıldığı ya da algılanmak istenmediği zaman ortaya çıkar. Suçunun arkasında duran güç kazanır. Bir güç olarak gösterir bu kendini. Suçunu inkâr eden ve sonuçları karşısında kendisini baskılayan ise suçluluk duyar, zayıftır. Kişinin sahip çıktığı suç, ona daha önce gücünün yetmediği iyi şeyler yapma yetisi kazandırır. Ama bu ancak, suçun arkasında durulduğunda mümkündür.

Birisi başka birisinin suçunu ve bu suçun sonuçlarını üstlendiğindeyse bu onu zayıf kılar. Bu suçla iyi şeyler yapma yetisi yoktur. Tersine, kötü şeylere yol açar. Suçu üstlenilen insanı da zayıflatır. Çünkü başka birinin suçunu üstlendiğinde kişi, onun bununla iyi bir şey yapma gücünü de elinden almış olur.

Dolayısıyla temsilen suç üstlenmenin etkisi her açıdan olumsuzdur. Bu nedenle annene şöyle söylemelisin: "Seninle babam arasında nasıl bir suç yaşanmış olursa olsun sizi ebeveynim olarak sayıyorum. Bana verdiğinizi alıyor ve sizi şimdi rahat bırakıyorum." Bunun ardından suç ve sonuçlarını ebeveynine bırakırsın. Onlarla konuşmasan da bu, ebeveynin üzerinde o anda etkisini gösterir. Suç ve sonuçlarıyla onlar yüzleşmek zorundadır, sen ise kendi suçunla yüzleşmede özgür olursun. Açıklayabildim mi?

HARTMUT Anladım.

HELLINGER Bu konuda soru var mı?

CLAUDIA Ben tam olarak anlayamadım. Birisi başka birinin suçunu üstlendiğinde kendisini zayıf düşürüyor.

HELLINGER Karşısındakini ve kendisini.

CLAUDIA Karşısındakini zayıf düşürmeyi anladım da, kendisini?

HELLINGER Kendisini de. Üstlenilen suç daima zayıflaştırıcıdır. Başkasının yükünü sırtlayanın iyi şeylere gücü kalmaz. Kendi yükü, suçu ve alınyazısını taşıdığındaysa bu onu güçlü kılar. Başı diktir ve bununla büyük bir şey yapma gücü vardır.

Babanın tezahürünü korumak

HELLINGER Buna bir örnek daha vereyim.

Bir kadın, görünümünü korumak zorunda olduğu sanısını taşıyordu, koruyamamaktan da korkuyordu. Mesela çeşitli saç biçimleriyle bunu dışsal olarak başarmaya çalışıyordu. Tahminince babası bir savaş suçlusuydu. Dolayısıyla baba, tezahürü koruma konusunda korkuyor, bu yolda çabalıyor olmalıydı. Kadına çözüm olarak şunu önerdim; küçük bir çocuk olarak babasının yanına gittiğini canlandıracak ve başını kaldırıp ona bakarak, “Sevgili baba, senin için ben korurum” diyecekti. Yaptığı tam da buydu zaten. Ama bir alıştırma olarak bile buna cesaret edemedi. Oysa baba böylece zor duruma düşeceği için bu, çözüm olurdu. Böylece suç ve korku yeniden olmaları gereken yerde olacak, kadınsa özgür kalacaktı. Ama tevazu dolu bir edim olurdu bu. Kendisininkinden başka bir büyüklüğü kalmazdı bunu yapsaydı, yalnızca kendi ağırlığı olurdu. Ama böylesi alınyazılarında çocuk ancak nadiren bu edimin gerektirdiği cesaret ve güce sahiptir. O zaman da dışarıdan birisi olarak kaderi kendi akışına bırakmak zorundasınızdır. Çünkü duruma müdahale ederseniz, tıpkı bu çocuk gibi davranmış olursunuz. Size düşmeyen, üstesinden gelemeyeceğiniz bir şeyi üstlenmiş olursunuz.

Acı çekmek çözmekten kolaydır

UTE İsmim Ute. Bir buçuk yıl önce ani bir disk kayması geçirdim, o zamandan beri de sürekli sırt ağrısı çekiyorum. Terapötik çalışmama rağmen durumu kontrol altına alamıyorum ve eskiden olduğu gibi hâlâ ebeveynimden birisi tarafından sevilmediğimi düşünüyorum. On beş yıldan bu yana yer yer çok yoğun olabilse de sürekli bir ilişkiye giremeyişim de bana bunu doğruluyor.

HELLINGER Psikolojik açıdan sırt ağrılarının nedeni hep aynıdır ve derinden eğilmeyle kolayca iyileşir. Kimin önünde olması gerek?

UTE Eğilmenin mi?

HELLINGER Evet, eğilmenin. Nasıl oturduğuna bak. Eğilmenin tam tersi bu. Eğilme ta yerlere kadar uzanır. Olasılıkla anne karşısında yapılması gerek. Böylesi bir eğilme ile içsel olarak "Seni onurlandırıyorum" dersin. Tuhaf bir cümle, ama aynı zamanda çözüm getirici.

UTE Bir yanım eğilebilir ama sanıyorum o kadar derinden değil.

HELLINGER Eğilirse yerlere kadar eğilmeli. Ama sırt ağrısı bu eğilmeden daha kolay. Acı çekmek senin için harekete geçmekten daha kolay. Onun için de senin için üzülmeye gerek yok.

UTE İsterdim ama içim kin dolu hâlâ.

HELLINGER Gruba Danışanların sorunlarından kurtulmak istediğini düşünmek ağır bir yanılgı. Çoğu zaman yalnızca sorunlarının onay görmesini istiyorlar. Bunun somut bir örneğini gördük.

Tevazu dolu bir çözüm acı verir

LEO Ben Leo. On altı yıldır psikiyatr ve psikoterapist olarak çalışmaktayım. İşimden son derece memnunum. Köken ailemden ise hiç değil. İlişkimde biri altı diğeri dokuz yaşındaki iki çocuğumla birlikte çok

mutluyum. Ebeveynime gelince, sanki iki çocuğum daha varmış gibi haklı bir duyguya kapılıyorum. Babam şimdiden bir enkaza benziyor.

HELLINGER Konuşma biçimin pek bir kibirli.

LEO Ben de öyleyim.

HELLINGER Hemen göze çarpıyor.

LEO Ama kimi zaman bunda ailemin ne kadar payı olduğunu da kestiremiyorum. Onları bildim bileli ana babam kavgalıdır ama “kavgalı” sözünün edilmesine de izin vermezler. İlişkilerinin bir anında birbirlerini sevdiler de ama onları bildim bileli aralarında kaldım.

HELLINGER Şimdi beni kendi yorumuna girip senin bakış açını benimsemeye çekiyorsun. Yorumun doğru olsa sorunun da çözülmüş olurdu. Henüz çözülmemiş olması yorumunun yanlış olduğunu gösteriyor. Böyle bir yorum gerçekten ne kadar uzaklaşırsa onu o kadar tekrarlamak zorunda kalır kişi. Yoksa algıyla sarsılacaktır. Şimdi ne yapmak istiyorsun? Çözüm istiyor musun? Gruba Yüz ifadesini gördünüz mü? Çözümü istemiyor. Bu nedenle konuyu ele almayacağım.

Çözüm acı verir. İyi bir çözüm de acı verir, çünkü iyi bir çözüm mütevazıdır. Engel de budur. Bana kızgın mısın şimdi?

LEO Ailemde kızılırdı buna ama kızmanın bir şey getirmeyeceğini biliyorum. Ebeveynimle ilişkim, buraya geliş nedenim, çünkü bu ilişki çok gergin bir hal aldı. Ben aynı zamanda inatçıyım da, vazgeçmem.

HELLINGER Çok iyi. Anlaştık.

Kesintiye uğrayan yönelim

JOHANN İsmim Johann. Üniversite eğitimimi öğretmenlik üzerine yaptım ama üç yıldır çevre pedagogu ve bahçe danışmanı olarak çalışıyorum, bahçeler de kuruyorum. Peşimi bırakmayan bedensel semptomlar üzerine çalışmak istiyorum. Omuz kaslarım gergin, zaman zaman baş ağrılarım oluyor, mide kısmında da baskı var.

HELLINGER Başındaki, daha önceleri yönelimi kesintiye uğradığı için yığılmış, akamayan sevgi sonucu olabilir. Yönelim genelde anneyedir. Yüzüne baktığımda böyle bir izlenim de yaratıyorsun. Erken bir yönelimi kesintiye uğramış biri izlenimi. Çocukken hastanede yattın mı?

HELLINGER İki kez. Birinde bir ameliyat nedeniyle -oldukça küçük bir yaştaydı, daha sonra da kabakulaktan.

HELLINGER Böyle bir şeyin açıklaması olabilir bu. Burada bir yönelim kesintiye uğramış. O noktada umutsuzluk, keder, çoğu durumda öfke ve "İşe yaramıyor" diye pes etmişlik gibi duygular vardır. Bunun iyileştirilmesi için duruma geri dönmek ve kesintiye uğramış yönelimi sonradan hedefine ulaştırmak gerekir. Bunu hipnoterapi ya da kucaklaşma terapisiyle yapmak mümkün. Tutunma terapisinden (Festhaltetherapie) söz edildiğini duydun mu?

JOHANN İsmini duymuştum.

HELLINGER Yetişkinlerle de yapılabilir ama çocukluğuna döneceğin, kendini o zamanlardaki o çocuk gibi hissedeceğin ve terapistin o zamanlardaki anne olacağı şekilde. Her ikisi de geçmişteki o duruma geri döner ve kesintiye uğrama tutunma ile sonradan hedefe ulaştırılmış olur.

JOHANN Yani benim verme ve yönelme akımım kesintiye uğramış, öyle mi?

HELLINGER Doğru. Anneye yönelim kesintiye uğramış. Önceki bir yönelimi bu şekilde kesintiye uğrayan bir kişi daha sonra başka birisine,

mesela bir partnere yöneldiğinde kesintiye uğrayışın anısı yeniden ortaya çıkar ve bedende bilinçsiz olarak görünür. Önceki yönelimin kesintiye uğradığı anda da kişi yönelimi yeniden keser. Yönelimi hedefe ulaştırmak yerine ondan kaçınır ve hareketi kesintiye uğrattığı noktadan çıkıp ona geri döndüğü dairesel bir döngü başlatır. Bununla sana bir nevroz tanımı verdim. Nevroz bir yönelimin kesintiye uğradığı noktada oluşur; nevrotik hareket ise bu döngüden başka bir şey değildir.

Sorunun tanımıyla birlikte çözümü de göstermiş oldum sana. Çünkü iyi bir tanım, içinde çözümü de barındırır. Ancak çözüm korku yaratır. Kişinin kesintiye uğrayan yönelimi hedefe götürmesi çok acı verir. Olabilecek en acı dolu yaşantı da budur, çünkü güçsüzlük duygusuyla iç içedir, çok derin bir güçsüzlük duygusuyla.

JOHANN Kız kardeşim bana ana babamın beni hastanede ziyaret etmek istediklerini ama kendilerine izin verilmediğini anlatmıştı. Sadece uzaktan bakabilmiş ve gizlice ağlamışlar. Ama benim zihnimde elle tutulur bir resim yok.

HELLINGER Şimdi elle tutulur bir resmimiz var. Sana baktığımızda olduğu gibi o yaşını ve durumunun ne kadar kötü olmuş olduğunu görüyoruz. Sandalyeni al ve yanıma otur, iyice yakınıma gel!

Johann iskemlesini alır, Hellinger'in yanına oturur. Hellinger onun ensesine düşmüş başını usulca bir eğilme hareketi yapacağı şekilde öne doğru çeker.

HELLINGER Gruba Enerji akışı burada, ensede kesilmişti, artık yeniden akabilir.

Johann'a Gözlerini kapa, derin nefes al, çok gerilere, çocukluğuna dön. -Derin nefes al. Güçsüzlüğe diren, güce yönel. -Devam et, kuvvetle nefes al. -Şimdi "Lütfen!" de.

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Yüksek sesle.

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Daha yüksek.

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Evet, böyle devam et, daha da yüksek sesle.

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Güzel. Devam et.

JOHANN Lütfen! Lütfen!

HELLINGER Söylerken kollarını uzat! Kollarını bana dolayabilirsin. “Lütfen!”

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Annene nasıl hitap ederdin?

JOHANN Anneciğim.

HELLINGER “Anneciğim, lütfen!” de.

JOHANN Anneciğim lütfen!

HELLINGER “Lütfen anneciğim!”

JOHANN Lütfen anneciğim!

HELLINGER “Lütfen.”

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Bastırarak söyle.

JOHANN Lütfen, anne!

HELLINGER Yüksek sesle.

JOHANN Lütfen!

HELLINGER Bütün gücünle.

JOHANN Lütfen! Lütfen!

HELLINGER Şimdi de çok sakin bir şekilde: “Lütfen, anneciğim!”

JOHANN Lütfen anneciğim.

Johann gözlerini açar.

HELLINGER Selam, nasılsın şimdi?

JOHANN İyi.

HELLINGER Çocuğun ne kadar kötü olduğunu görüyor musun? Umutsuzdu. Ama yitirilmiş olan sonradan yakalanabilir. Bu alıştırmada nefes almak içine-almak, nefes vermek de yönelimdir. Eğilmek de yönelimdir. -Tamam, bu kadar.

Omuz ağrıları

GERTRUD Omuz ağrılarımdan söz etmek istiyorum. Sağ yanımdaki kramplarla uğraşıyorum. Uzun zamandır çok endişeleniyorum bu konuda. Her gece uyanıyorum, sağ elim bütünüyle hissiz oluyor. Kurtulamıyorum bundan. Jimnastik dahil her şey yapıyorum ama geçmiyor.

HELLINGER Bir dahaki sefer bu elinle kocanın sağ yanağını okşadığını canlandır.

GERTRUD Kocam yok.

HELLINGER Eski kocanı okşa. Anlaştık mı?

Akla takılan

KARL “Evlat edinmeyi çözmelisin” cümlesi içimde çok derinlerde bir yere oturdu ve sürekli işliyor. Cümleyle uğraşmamak için bütün dikkatimi burada olup bitene vermek zorunda kalıyorum.

HELLINGER Bundan kolayca kurtulabilirsin. Nasıl, biliyor musun?

KARL Dediğini yaparak. Güler. Bu sorunun “evet” ve “hayır” kutupları arasında gidip geliyorum. Cevabın evet yanında, senin omuz ve baş ağrıları konusunda yeniden akış sağlamaya ve eğilmek, takdir etmeye ilişkin söylediklerin bana çok yakın geldi. Evlat edinilen çocuğun babası geldi aklıma. Sanıyorum, evete götüren yol bu adamın takdir edilmesiyle başlıyor.

HELLINGER Çok iyi. Çabuk öğrendin. Başlıyor.

Dizim: Anne kendisini çocuklarla birlikte öldürmekle tehdit ediyor

THEA İsmim Thea. Evliyim, hepsi evden ayrılan dört yetişkin oğlum var. Asıl mesleğim din pedagogu, sonradan aile terapisi eğitimi de aldım. Benim konum, zaman geçtikçe erkek kardeşimi daha da fazla düşünür olmak. Önce bunun o kadar da önemli olmadığını düşündüm ama şimdi görüyorum ki öyle.

HELLINGER Ne oldu ona?

THEA Yirmi üç yıl önce kendini öldürdü.

HELLINGER Kaç yaşındaydı?

THEA Yirmi dokuz.

HELLINGER Kendisini nasıl öldürdü?

THEA Asarak

HELLINGER Bunda bu kadar kötü olan nedir?

THEA Bu olayın hayat boyu peşimi bırakmadığının farkına varıyorum. Çocukluğumdan beri benim onun yaşamı pahasına yaşadığım duygusunu taşıyorum. Bugün de neden benim yaşadığımı onun ise ölmek zorunda kaldığını düşünüyorum.

HELLINGER Zorunda mıydı?

THEA Onun için durumun böyle olduğunu düşünüyorum.

HELLINGER Kendini öldürmesi için bir neden var mıydı?

THEA Bir neden vardı ama tek başına açıklama olamayacağını düşünüyorum.

HELLINGER Kabul edilen neden neydi?

THEA Terfi etmişti, bu arada asistanlık da yapıyordu. Başka bir asistan onun kuyusunu kazacağını söylemiş.

HELLINGER Neden bu olamaz.

THEA Hayır, ben de aynı şeyi söylüyorum. Birisi işimi bitirecek duygusuydu asıl neden, o da kendi işini bitirdi.

HELLINGER İntiharda kendini öldürenin yakınları bu olayı çoğu zaman bir aşağılama olarak yaşar ve birisi böyle bir karara vardığı için kendilerini aşağılanmış hissetmeye hakları varmış gibi davranırlar. O halde senin için çözüme götüren ilk cümle: "Kararına saygı duyuyorum ve sen benim kardeşim olarak kalıyorsun."

THEA Bunu yaklaşık on yıl önce yaptım ama yine de huzur bulamadım. Hâlâ bir şeyler olduğunu fark ediyorum.

HELLINGER Bunu yapmadın yoksa huzur bulurdun.

THEA Kendi adıma "Yaşamın hakkında kendi kararını vermiş olmanı kabul ediyorum" diyebilecek kadar ilerlediğimi düşünüyorum.

HELLINGER Hayır, hayır, hayır. Senin söylediğin benim söylediğimden tamamen farklı. Kabul etmekte yukardan bakış, tenezzül vardır. "Saygı duyuyorum" dediğinde karşındaki büyüktür. Ya oğulların? Aralarından onu taklit eden var mı?

THEA İkincisi.

HELLINGER Çözülmediğinin işareti. İntihar girişiminde bulundu mu?

TEHA Hayır.

HELLINGER Bu konuda konuştu mu?

THEA Hayır.

HELLINGER Seni endişelendirecek ne yapıyor?

THEA Yok, öyle değil. Endişelenmiyorum. Ama dış görünüş olarak da idealleriyle de ona en çok benzeyeni.

HELLINGER Onu programlıyorsun.

THEA Hmm, korkarım öyle.

HELLINGER Onu sözüm ona gözlemlerinle programlıyorsun. Güvende olması için onu kime havale etmen gerekiyor?

THEA Babasına.

HELLINGER Doğru.

THEA Bunu hep istedim ama şimdiye kadar olmadı.

HELLINGER O zaman güncel aileni dizelim. Kimleri alıyor içine?

THEA Kocam, ben ve dört oğlumuzu.

HELLINGER Sen ya da kocan daha önce bir evlilik veya nişanlılık geçirdiniz mi?

THEA Hayır.

HELLINGER Eksik olan biri var mı?

THEA Annem bizimle yaşıyor. Ama nasıl bir rol oynadığını bilmiyorum.

HELLINGER Ne kadar zamandır sizinle yaşıyor?

THEA İkinci oğlumuz evden ayrıldığından beri, yaklaşık altı yıldır.

HELLINGER Baban öldü mü?

THEA Ben dört yaşında bile yokken savaşta öldü.

HELLINGER Annene bakmak zorundasın, bu çok açık.

THEA Evet, sorun da bu değil zaten.

HELLINGER Baban savaşta öldü, sen?..

THEA Dört yaşında vardım yoktum. Onu son gördüğümde üç yaşındaydım.

HELLINGER Nasıl öldü?

THEA Rusya'da, Stalingrad'da.

HELLINGER Bu, erkek kardeşinin intiharının nedeni. Kardeşin onu izledi. Öldüğünde baban kaç yaşındaydı?

THEA Otuz. Kardeşim de otuzuna basmak üzereydi. Otuzuncu doğum gününden birkaç gün önce.

HELLINGER İntiharının arkasında yatan bu.

THEA Anlamıyorum.

HELLINGER Böyledir işte. Çocuklar böyle yapar. Babanın ölümüne annen nasıl bir tepki verdi?

THEA Biz çocuklar karşısında da dile getirdiği intihar düşünceleriyle.

HELLINGER Bu daha da güçleniyor şimdi. Annen babanı sevmiş miydi?

THEA Evet.

HELLINGER Ben pek emin değilim.

THEA Sanıyorum sevmişti.

HELLINGER Emin değilim. Seven insan intihar düşünceleriyle tepki göstermez.

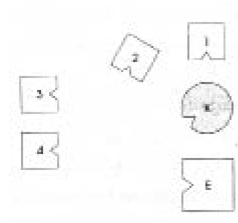
THEA Yani önce umutsuzluktu tepkisi. Sonra bize, “Savaşı kaybedersek” dedi -ama babam o sırada ölmüştü- “ırmağa atlar, bütün aileyi öldürürüz.” İntihar tehditlerinin doğrudan babamla mı ilgili olduğunu bilmiyorum.

HELLINGER Cinayet tehdidi bunlar.

THEA Cinayet tehdidi, evet.

HELLINGER Giderek tuhaflaşıyor. Pekâlâ, aileyi dizelim şimdi.

1. Resim



E Erkek, koca

K Kadın (=Thea)

1 İlk çocuk, erkek

2 İkinci çocuk, erkek

3 Üçüncü çocuk, erkek

4 Dördüncü çocuk, erkek

HELLINGER Koca nasıl?

KOCA Çok tuhaf. Kadın bana yakın değil, oğullar daha da uzak. Temas karım aracılığıyla oluyor ama böyle bir temasın olması gerektiğine dair bir işaret de yok. Karşımda duran oğullar da iletişim kuramayacağım kadar uzaklar.

HELLINGER En büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Kendimde değilim. Çok öfkeliyim. Annem buraya, babamla arama geldiğinde daha da güçlendi bu duygu. Ben buraya ait değilim ve kızgınım.

HELLINGER İkinci oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Anneden uzaklaşmak istiyorum, her durumda şimdikinden daha uzakta olmak.

HELLINGER Üçüncü oğul nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK İlk duygu, burada olup bitenin bana tuhaf geldiğiydi. İki ağabey çok uzakta. Anne benden yana bakmıyor. Durumu kaldırabilmenin en iyi yolunun zihin açıklığımı koruyup bu garip duyguya kapılmamak olduğunu fark ettim. Küçük kardeşime döndüğümde, ona dikkat etmem, buradan çıkarmam gerektiğini düşündüm. Yani kendim hakkında zihnim açık ama onun için tasalanıyorum; arkadaki en büyük ağabey için değil, o sadece öfkeli.

HELLINGER Dördüncü oğul nasıl?

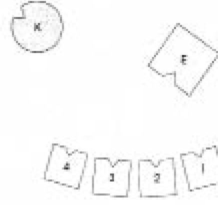
DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Annenin karşısındayım gerçi ama bir temas olmadığını hissediyorum. Baba da benim için çok uzak. Kendimi biraz yalnız hissediyorum. En yakın temasta olduğum, kardeşim. Böyle kendimi iyi hissetmiyorum.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Erkeklere bakamıyorum. Kollarım yok, öyle ağırlar ki, başımı kaldırıp bakamıyorum. Sürekli yere bakmak zorundayım sadece.

Hellinger resmi, kadının dışarıya doğru bakacağı, oğulların da yaş sırasına göre babanın karşısında duracağı şekilde değiştirir.

2. Resim



HELLINGER Kocada nasıl böyle?

KOCA Kadını özlemiyorum aslında. Oğulların bir dizi halinde durması beni sevindiriyor.

HELLINGER En büyük oğulda nasıl?

İLK ÇOCUK Burada benim için her şey yolunda. Anneyi özlemiyorum.

HELLINGER İkinci oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK İyi. Ben anneyle temas halinde olmak isterdim ama bunun dışında her şey yolunda benim için.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK En küçük kardeşim için artık tasalanmıyorum.

HELLINGER En küçük nasıl?

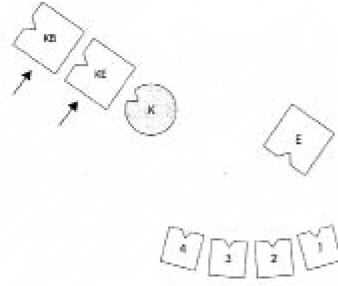
DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Burada, daire içinde kendimi çok daha iyi hissediyorum. Buradan benim için büyük bir güç yayılıyor ve kendimi güvende hissediyorum. Annenin burada olmayışı üzücü yalnız.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Daha iyiyim. Benim için böyle tamam.

HELLINGER Thea’ya Ulaştığımız iyi bir çözüm değil elbette ama durum bu. Şimdi dizime babanı ve erkek kardeşini ekleyeceğim.

3. Resim



KB Kadının babası, savaşta ölmüş

KE Kadının erkek kardeşi, kendini öldürmüş

HELLINGER Kadın için böyle nasıl?

KADIN Böyle baba ve erkek kardeşin arkasında olmak iyi benim için.

HELLINGER Bu, sadakat. Babası ve erkek kardeşini izliyor. Sadakat söz konusu olduğunda kişinin kendi yaşamı hiçbir rol oynamaz.

HELLINGER Koca böyle nasıl?

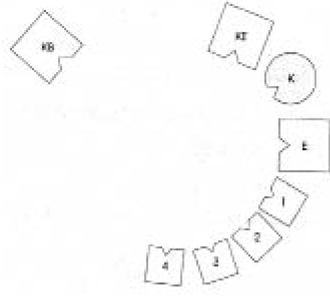
KOCA Tamam böyle.

HELLINGER Ya kadının erkek kardeşi?

KADININ ERKEK KARDEŞİ Ben de öyle hissediyorum.

HELLINGER Gruba Şimdi daha yumuşak bir çözüm deneyeceğim. Daha yumuşak bir çözümü dikkate almadan önce en uç çözümü göz önünde bulundurmak zorundayız. Ama çoğu zaman daha yumuşak bir çözüm gerçekleşmeyecek bir arzudan ibaret kalır, sonunda kendini hakim kılıp etkiyense bu en uç çözüm olur.

4. Resim



HELLINGER Koca böyle nasıl?

KOCA Oğulların artık yanımda olmayışı üzücü.

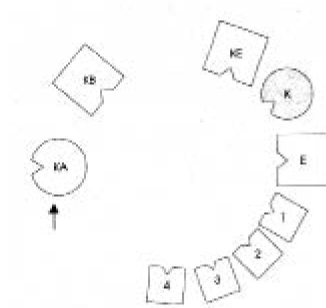
HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Ben köken aileme bağlıyım. Bir parça kocama yaslanmak istiyorum ama bakmak ve görmek istemiyorum.

HELLINGER Thea'ya Şimdi bir de annene ihtiyacımız var.

Hellinger kadının annesini sırtı aileye dönük duracak şekilde dizime ekler.

5. Resim



HELLINGER Orada, durduğu yerde kadının annesi nasıl?

KADININ ANNESİ Fena değil.

HELLINGER Kadında ne değişti?

KADIN Onun burada olması iyi. Artık halkaya biraz bakabiliyorum.

HELLINGER Gruba Gitmesi gereken annesi. Aidiyet hakkını kaybetti.

Babaya Kadının babası nasıl?

KADININ BABASI Karım da burada olduğundan beri her şey tamamlandı.

HELLINGER Thea'ya Artık kendi yerine geç.

THEA Dizimdeki yerini aldığında Oğullarla iyiyim. Ya burada kocaya?

HELLINGER Ona daha dostça bakabilirsin.

KOCA Benimle her tür dirsek temasından kaçındı.

HELLINGER Önce duruma alışması gerek.

Bir zamanlar bir Eskimo varmış. Yaz tatiline Karayipler'e gitmiş. On dört gün sonra da oraya alışmış.

THEA Kafamı kurcalayan bir şey daha var; kocam ve erkek kardeşim arasında duruşum.

HELLINGER Kocana biraz daha yaklaş, dirsek temasında olacağın kadar.

KOCA Hâlâ üç santimetre var.

HELLINGER Gruba Kocasıyla mutlu olması çok ağır bir suç olurdu; çünkü o zaman annesinden ayrılmış ve ondan daha mutlu olma densizliğini işlemiş olacaktı. Böyle bir mutluluğun ne kadar cesaret gerektirdiğini görüyorsunuz.

Cinayet tehdidi ve ağır suçların aile üzerindeki etkileri

HELLINGER Sistemde bir kişi birisini öldürdüğü ya da öldürmek istediğinde aidiyet hakkını kaybeder.

ULLA Cinayet tehdidiyle mi?

HELLINGER Evet. Cinayet tehdidiyle anne aidiyet ve annelik haklarını kaybetti.

FRANK Tehdidi gerçekleştirmemiş olsa bile mi?

HELLINGER Gerçekleştirmemiş olsa bile. Burada bu çok açıktı. Sistem dışındakilere karşı işlenen ağır suçlarda da kişi sistemine ait olma hakkını kaybeder. Cinayet de her zaman bu ağır suça girer.

Kurslardan birinde bir adam anlatmıştı. Kentin belediye başkanı olan babası savaş sonunda şehri teslim etmeyi reddetmiş. Bu nedenle pek çok insan ölmüş. Savaştan sonra ölüme mahkum edilmiş ama masum olduğu duygusunu taşıyor, oğlu da onu bir kahraman olarak görüyormuş. Ama sistemin dizimini yaptığımızda onun ait olma hakkını kaybetmiş olduğu ortaya çıktı. Onu kapının önüne yerleştirdiğimizde bütün sistem huzur buldu. Böyle durumlar var. Buradaki gibi bir aile içinde böyle oluşunu görmemiştim.

Thea'ya Bu çok açık: Annen aidiyet hakkını kaybetti. Ancak bunun senin ona karşı görevlerin üzerinde bir etkisi yok. Ama bu sistemin cinayet ya da cinayet tehdidiyle zehirlenmiş olduğunu ve bunun sözgelimi erkek kardeşin için kötü sonuçlar doğurduğunu da bilmek zorundasın. Bu nedenle oğullarının da senin kirlenmiş sisteminden sistemin sağlıklı tarafına, yani hep birlikte babanın yanına geçmesi gerekiyor. Orada güvendeler.

ROBERT Peki ya kürtaj? O da mı sistemde bir cinayet sayılır?

HELLINGER Hayır. Kürtaj bu sonucu doğurmaz. Ancak belirli koşullar altında doğurur.

THEA Bir şey daha sormak istiyorum. Annem -ben bu zamana dek böylece hayatta kaldım- savaşın sonlarına doğru Oberschlesien'da iki cephe arasında kaldığımızda üzerimize yağan el bombalarından kendini önümüze atıp bizi kurtararak bu durumu düzeltti. Yani daha sonraları birçok kez hayatımızı kurtarmaya çalıştı. Bu benim için durumu düzeltmeydi.

HELLINGER Bu olanı ortadan kaldıramaz. Yaptığı iyi bir şey ve bunu takdir etmelisin. Ama diğerini ortadan kaldıramıyor, erkek kardeşinin kaderinde de gördüğün gibi. Çoğu zaman bir şeyi kefaretini ödeyerek olmamış kılabileceğimiz sanısını taşırız. Ama bu mümkün değildir. O zaman suçun arkasında durmak zorundadır kişi. Suç artık ortadan kaldırılamaz, onarılamaz. Ama bu suçtan alınan güçle insan iyi bir şey ya da büyük bir şey yapabilir. Bunun da barıştırıcı bir etkisi vardır. Yine de suçu ortadan kaldırmaz. İnsan suçunun arkasında durduğunda, bunun bağışlandığı ya da düzeltildiğinin söylendiği duruma kıyasla çok daha fazla bir büyüklüğü vardır. Kişi böyle bir şeyi nasıl affedebilir zaten? Suç kalır ve bir güç olarak etkisini gösterir.

KARL Senin az önce erkek kardeşin intiharının babanın ölümünün tekrarı gibi olduğunu söylemen beni korkuttu. Bunu anlamadım.

HELLINGER Başka türlü yorumlayayım. Kendisini öldürmesi gereken aslında anneydi, oğlu bunu onun için yaptı. Asıl dinamik bu.

Thea'ya Bununla duygudaşlık kurabiliyor musun?

THEA Evet.

CLAUDIA Yani erkek kardeşin kendisini öldürmesinin babanın ölümüyle değil, annenin cinayet tehditleriyle ilgisi var, öyle mi?

HELLINGER Evet. Burada başka bir dinamik, kişinin sadakat nedeniyle babayı ölümünde izlemesinin de bulunmasıyla birlikte diğeri çok daha güçlü. Daha güçlü olan ön plana çıktığında daha az güçlü olan önemini kaybeder. Başka sistemlerde önemli olan şey, burada artık önemli değil,

çünkü bu baskın dinamik diğer her şeyi gölgede bırakıyor. Bu durumda o çözülür, diğeri bırakılır -burada olduğu gibi. Annenin cinayet tehdidi diğer her şeyi gölgede bırakıyor.

Aidiyetini kaybeden gitmek zorundadır

GEORG Thea’nın annesinin aidiyet hakkını kaybettiğini söyledin. Benim öğrenmek istediğim, bunun ne zaman geçerli olduğu ve bu durumda nasıl hareket etmek zorunda olunduğu?

HELLINGER Bunun ne zaman geçerli olduğuna çoğu zaman ancak somut duruma bakarak karar verebilirsin. Aidiyet hakkı, kişinin aile içinde bir başkasını öldürdüğü ya da öldürmek istediği veya başkasına, özellikle de çok sayıda başka insana karşı ağır bir suç işlendiği her zaman kaybedilir. Bu durumda o insan gitmek ya da dışlanmak zorundadır, aksi takdirde onun yerine masum bir başkası kendisini dışlar.

Kurslardan birine, büyükbabası öz kardeşini özgürlük savaşında vuran bir İrlandalı katılmıştı. Ama dışlanmak yerine büyükbaba kahraman yerine konmuştu. Onun yerine bir torunu ülkesinden uzaklarda, artık aileye ait olmayan biri gibi yaşıyordu ve erkek kardeşiyle çatışma içindeydi. Ailesinin dizimi sırasında büyükbabayı kapıdan dışarı çıkardık, kardeşler arasına ve sisteme anında barış geldi.

Başka bir kursta, Üçüncü Reich zamanı konsantrasyon kamplarından sorumlu olan Hermann Göring’in yeğenlerinden birinin kızı vardı. Ailesi dizildiğinde Göring bu ailenin içinde hayalet gibi dolanmayı sürdürüyordu. Üzerinde adının kazılı olduğu değerli bir gümüş tabağı hâlâ saklıyorlardı. Burada da sisteme huzur ancak o dışarı çıkarılıp dışlandığında geldi. Onlara gümüş tabağı da yok etmelerini öğütledim. Hem de yekten; ne satılmalı ne armağan verilmeli ne de başka bir türlü değerlendirilmeliydi. Aradan bir yıl geçtikten sonra bunu da yaptı.

GEORG Peki ya bir kadın erkeği ya da bir erkek kadını aldattığında? O da mı aidiyet hakkını kaybeder?

HELLINGER Kimi zaman güncel ailede kaybeder ama köken ailede değil; oraya dönebilir.

İç resme güvenmek

FRANK Önceki vakada Thea’nın annesinin müthiş bir öfkeyle dolu olup olmadığını soruyorum da kendime?

HELLINGER Senin şimdi yaptığın…

FRANK Sözümü bitirmedim.

HELLINGER Böyle soruların yol açtığı etkiyi göstermeye bu kadarı yeterli. Zira sorgulama doğruyu olumsuz etkiler. Ben bunu şöyle deneyimliyorum: Birisi bir şey söylüyor ve benim zihnimde sisteme ilişkin bir resim oluşuyor. Şiddetin nerede olduğunu birden bire görüyorum. Kuşku duyar ve ortaya varsayımsal bir soru atarsam resim kayboluyor. Resme ilişkin sorduğun her soru resmin kaybolmasına yol açıyor ve senden ve başkalarından eylem gücünü alıyor. Anlayabiliyor musun?

FRANK Böyle bir şey olduğunu biliyorum ama bu vakada bir sorum daha vardı yalnızca. Ben de böyle şeylerle uğraşıyorum ve durumu böyle de görmenin mümkün olup olmadığını merak ediyorum.

HELLINGER Karşılaştırma yapılamaz çünkü buradaki görülebiliyor. Genel bir soru sorduğumda yalnızca durumu hayal etmiş olurum. Onun da olgusal bir gücü olmaz. Somut bir durum olsaydı elinde ve onu ortaya getirmiş olsaydın, somut bir şekilde ele alabilirdik, böyle bir şeyin de gücü olurdu. Ama bu şekilde soru varsayımdan ibaret kalıyor ve gücü olmuyor. Dağ gibi görünebilecek soru, ona bakıldığında gereksizleşir.

DAGMAR Benim başka bir sorum var. Az önce Thea’nın annesinin onlarla birlikte yaşadığı, babasının ise ölmüş olduğu konuşuldu. Bu durumda annesine karşı nasıl davranması gerekiyor?

HELLINGER Soruyu yanıtlayacak olursam bu, gücü Thea’nın elinden alır. Çünkü bu Thea’yı ilgilendiren bir soru, Thea da neyin söz konusu olduğunu anladı. Bu soruyu sorduğunda, soru ona ilişkin olmakla birlikte dikkati

Thea üzerinde kalmak yerine kendi üzerine çekiyorsun. Ve eyleme geçmek yerine bilmeye.

DAGMAR Ama soruma bu da dahil.

HELLINGER Hayır. Yabancı bir soruyu benimsiyorsun ve bunu yapmaya hakkın yok. Senin hareketine ilişkin olduğu için kendine ait bir soru sorarsan yanıtlarım. Ama somut bir soru olmalı.

Aile dizimlerinde terapistin sorumluluğu

HELLINGER Bir aile dizimi sırasında katılımcılara duygularından yola çıkarak çözümü kendiliklerinden aramaları gerektiğini söyleyen terapistler var. Oysa katılımcılar çözümü böyle bulmuyor. Çözüm, gözü gerçeğe çevirme cesareti gerektiriyor. Bu cesarete de sahip olan, bağımsız kalması, sistemlerde etkili olan düzenleri tanıması ve onlara rıza göstermesi koşuluyla kural olarak yalnızca terapist. Katılımcılar kendi hallerine bırakılırsa, gizliden gizliye sorunu ayakta tutmaya kararlı gibi davranırlar. Terapist gördüğünü görmüyormuş gibi davranamaz ya da bilgisini “eğer”lerin ardına saklayamaz. Böyle yaparsa katılımcıyı ışığın ardına götürmüş, komploya katılmış olur. Düzenleri anlamış olan, çözümü görür. Tam olarak bulana kadar biraz denemek zorundadır ama önemli olan kural olarak anında açığa çıkar.

Terapist aile dizimlerinde yalnızca fenomenolojik olarak hareket eder. Yani kendisi için birden açıklık kazanana kadar karanlıkta kalmış bir bağlama açılır.

Buna karşılık kafasında yalnızca bir kavram varsa ve bu kavram ya da bir çağrışımdan yola çıkarak çözümü bulmak isterse onu asla bulamayacaktır. Çıkarsamalardan bulamaz çözümü. Çözüm her defasında yeniden bulunmak zorundadır. Bu nedenle her çözüm eşsizdir ve tekrarlanamaz. Daha önceki dizimlerin deneyiminden yola çıkarak bunun olasılıkla şöyle ya da böyle olduğunu söylersem artık gerçekle temas içinde değilimdir. Dolayısıyla burada söz konusu olan şu: Bambaşka bir edim, bambaşka bir algılama ve bakışa doğru düşünüş biçimini değiştirmek. Ama bunu ancak bütün tarafları göz önünde bulundurduğumda ve hepsini, özellikle de yükü taşıyanı saydığımda başarabilirim. Onu göz önünde bulundurduğumda çözümü bulurum, çünkü önemli olan, o zaman görüş alanım içinde olur.

Thea’nın aile dizimindeki hareket biçimi

KARL Thea’nın az önceki dizimindeki çalışma hâlâ aklımı kurcalıyor. Thea’nın ailesini oldukça iyi tanıyorum ve dizime katılanların kendilerini yer yer aile bireylerinin aile içi ilişkileri hakkında söyleyeceklerinden tamamen farklı ifade ettiklerini gördüm. Senin daha katı olan öneri olarak sunduğun resmin buradaki insanların duygu olarak kendilerini farklı ifade etmelerine karşın çok açık bir şekilde benim aileyi algılayışımla örtüşmesi beni bu durumda etkiledi. Yani senin burada bir resim olarak ortaya koyduğun şey, benim bu aileye bakışımla uyuştu. Bu andan itibaren de zihnimi kurcalayan, senin düş gücün ve çalışmanda kişilerin duygu ifadelerine nasıl olup da bağımlı olmadığın.

HELLINGER Değilim. Kişinin duyguları ifade edişinde yoğunlaşıp yoğunlaşmamış olduğunun, konuda mı kaldığının yoksa ondan sapma içinde mi olduğunun farkına varıyorum.

KARL Bunu çok açık bir şekilde gördüm.

ROBERT Başından sonuna kadar söz konusu olanın, olabildiğince çabuk bir şekilde nihai resmi bulmak olduğu düşüncesindeydim. Şimdi, ara resimlerin de nihai resim içinde önemli olduğunu görüyorum.

HELLINGER Nihai resim pek çok adımla aranır. Çoğu zaman önce sistemin yöneldiği uç durumlar gösterilir, ardından pek çok adımda daha iyi olan çözüm aranır. Bunların toplamından da bütün bir resim ortaya çıkar. Ancak hedefe hızlı bir şekilde yönelmek zorunludur. Arayış uzun sürerse enerji kaybolur. Kimi zaman neyin doğru olduğu anında bilinir. Bu durumda belki yalnızca bir adıma gerek vardır; bununla da her şey hallolur.

Üstlenilen karmaşa ve üstlenilen duygular

JONAS Thea'nın diziminde üçüncü oğul olduğumda büyük bir karmaşa içindeydim. Ara verdiğimizde bu karmaşanın ne olduğunu bulmaya çalıştım. Sanıyorum bunda kendi ailemden de birçok şey vardı. Karmaşa şuydu: Başlangıçta kimin hangi rolde olduğunu iki kez dikkatle dinlemiş olmama karşın rol dağılımındaki babamın benim babam değil, annemin babası olduğu sanısına kapıldım. Annem de babasını çok erken bir yaşta kaybettiği için bunun kendi ailemle nasıl bir ilintisi olduğunu soruyorum şimdi kendime.

HELLINGER Bunu, senin bu ailede olup biteni hissetmiş olduğun şeklinde yorumlardım ben. Onun için yaşadığını kendi ailenin üzerine yıkma da ayrı bir şekilde çalış üzerinde. Ama bunu söylemen iyi oldu. Belki Thea'nın kocasıyla ilişkisinde böyle bir karmaşa var ve sen de ona önemli bir geribildirimde bulundun.

LEO Bunun bugünkü benle bir ilgisi olmamasını hissetmeme karşın Thea'nın diziminde aldığım intihar eden erkek kardeş rolünün etkisinden ben de bütünüyle çıkamadım.

HELLINGER Rollerden bilinçli bir şekilde çıkmak zorundayız. Böyle bir dizime katılındığında yabancı bir sistemde ne kadar çabuk kilitlenildiği deneyimlenebilir. Gün be gün böyle bir sistem içinde yaşayan bir çocuk için bu misliyle geçerlidir. Oradaki dinamik ve duygularda çocuk ne kadar çabuk kilitlenebilecektir. Bununla deneyimlediğimiz başka bir şey de, sözgelimi böyle bir dizimde tek bir adımda bütünüyle değişiyorlarsa duygularımızın ne denli değişken ve güvenilmez olduğudur.

Gruba Bu konuyu kapatabilir miyiz?

HARTMUT Hayır.

Annenin intihar tehdidi

HARTMUT Kabaca ifade edecek olursam hayat boyu kadınlar dünyasının intihar tehdidi altında yaşadım. Şakayla karışık söylüyorum bunu. Annem evliliğinin başarısızlığa uğramasının ardından en büyük çocuk olarak bana sürekli "Şu ya da bu olduğunda kendimi öldürürüm" dedi. Dediğini hiç yapmadı ama bununla sırtıma korkunç bir yük yükledi. Hatırlayabiliyorum. Korkunçtu. Ben on üç yaşındayken başladı.

HELLINGER Çözüm ne olurdu? Annen hayatta mı?

HARTMUT Evet.

HELLINGER Hâlâ aynı şeyi söylüyor mu?

HARTMUT Hayır, hayır. Şimdi kendi ömrünü ve başkalarınınkini uzatmaya çalışıyor.

HELLINGER O zamanlar doğru yanıt ne olurdu, çözüm getiren yanıt? - Sana vereyim onu. Bunun için buradayım. Duymak istiyor musun?

HARTMUT Elbette.

HELLINGER Yanıt şu olurdu: "Sevgili anneciğim, tasalanmana gerek yok; zamanı geldiğinde senin için ben yapacağım."

Gruba Etkisini görüyor musunuz? Bunun ardından annenin intihar etme olasılığı ne kadar olurdu? O zaman Hartmut da özgür olurdu. Kulağa ne kadar garip gelirse gelsin etkisi iyi. Eğer iyi olacaksa burada aldatmacalarla da çalışıyoruz.

HARTMUT Durum, ilk karımda, yani çocuklarımın annesinde de tekrarlandı.

HELLINGER Bunu bilmek istemiyorum.

Gruba Ne yapıyor şimdi?

WILHELM Sorunu sürdürüyor.

HELLINGER Çözümü biliyor. Annesiyle yaptığının aynısını karısıyla da yapabilir. Ama o sorunda kalıyor.

JOHANN Cümle yalnızca Hartmut onu gerçekten bir aldatmaca olarak planlar ve sonunda yapmak zorunda olduğuna inanmazsa mı etkili olur?

HELLINGER Cümleyi böyle söylerse yalnızca çift taraflı olarak söyleyebilir, bu da büyük güç gerektirir. Cümleyi herkes ciddi bir şekilde söyleyebilir ama karşıdakinin kuşkuya düşeceği biçimde çift taraflı olarak söylemek bir sanattır. Bir düşün, annesine gidip bunu söylüyor. Dizleri çözülür.

JOHANN Benim demek istediğim, bunu söylerse yapmak da zorunda olduğunu düşünebilir. Çift anlamlı olarak hissetmez.

HELLINGER Benim tahminim, dediğini yapmak zorunda olduğunu onun ciddi bir şekilde düşünmüş olduğu. Ama cümle onu da kurtarırdı.

GERTRUD Ben bu cümleyi duyamadım. Bana tekrarlar mısın?

HELLINGER Hayır, böyle bir şeyi tekrarlamam.

HARTMUT Sözümün kesildiğini hissediyorum, bir de ikinci…

HELLINGER Bilmek istemiyorum, bunu tamamen doğru algılıyorsun. Ve beni buna zorlayamazsın. Zorlayacaksan da beni kazanmak zorundasın.

HELLINGER Gruba İntihar konusunda size bir öykü anlatayım. Bize dokunan öykülerden bu. Dinlediğimizde ölüm ve ayrılık hükmünü yitirmiş gibi gelir, böylece de öykü, akşam içilen bir kadeh şarap gibi bir rahatlama getirir: Ardından daha iyi uyursunuz. Ama ertesi sabah yine kalkar, işinize gidersiniz.

Başkalarıysa şarap içtiklerinde yatar kalırlar, onları ayıltmayı bilecek birileri gerekir. Onlara öykü başka bir şey anlatır, tatlı zehirden bir panzehir yaratır ve böylece belki bir kez daha uyanırlar ve dalar giderler büyünün gücüne.

Son

Yirmi yaşlarında bir genç olan ve ölümle senli benliymiş tavrıyla başkalarını sıkça sarsan Harold, bir arkadaşına büyük aşkını, seksenine gelmiş Maude'u anlattı. Maude'un doğum gününü ve nişanlarını nasıl kutlamak istediğini; gülüp eğlenirlerken Maude'un zehir içtiğini, gece yarısı bu diyardan göçeceğini itiraf edişini. Arkadaşı bir süre düşündükten sonra ona şu öyküyü anlattı:

"Küçücük bir gezegende bir zamanlar küçük bir insan yaşarmış. Gezegeninin tek insanı olduğu için de kendine Prens adını takmış. Birinci ve en iyi anlamına geliyormuş bu ad. Orada kendisinden başka bir de gül varmış. Eskiden harikulade kokarmış ama artık durmadan solmakta gibi bir hali varmış. Küçük Prens -küçük bir çocukmuş henüz- onu hayatta tutmak için uğraşıp didinmekteymiş. Gün boyu sulamak, geceleri de soğuktan korumak zorundaymış. Ondan geçmişte kimi zaman olabildiği gibi kendisi için bir şey isteyecek olduğunda gül ona dikenlerini gösteriyormuş. Hiç de şaşırtıcı değilmiş yıllar böylece geçip gittikten sonra küçük Prens'in canına tak etmesi. Böylece oradan ayrılmaya karar vermiş.

Önce komşu gezegenleri ziyaret etmiş. Kendi gezegeni gibi ufacıkmış onlar da, prensleri de neredeyse kendisi kadar tuhaf. Hiçbir şey yokmuş onu buralarda tutacak.

Derken Dünya'ya gelmiş ve bir gül bahçesine giden bir yol bulmuş. Birbirinden güzel binlerce gül varmış burada, hava tatlı kokularıyla doluymuş. Bunca gül olduğunu hayal bile edemezmiş görmese. Çünkü o zamana dek tek bir tanesini tanımış, onun da hayranmış doluluğu ve görkemine.

Bu güllerin altında akıllı bir tilkiye rastlamış. Çekinir gibi yapmış tilki. Yabancı, küçük adamı dil dökerek kandırabileceğini gördüğünde ise, "Buradaki bunca gülü" demiş, "güzel buluyorsun belki. Ama hiçbir özellikleri yok. Kendiliklerinden yetişiyor, pek az bakım istiyorlar. Oysa senin uzaklardaki gülün eşsiz, çünkü çok şey istiyor. Evine, ona dön sen yine!"

Kafası karışan, hüzünlenen küçük Prens çöl yoluna koyulmuş. Orada uçağı kaza yapmış bir pilotla karşılaşmış, yanında kalabileceğini ummuş. Ama aklı bir karış havada biriymiş pilot, bütün istediği gevezelik etmekmiş. Küçük Prens de evine, gülüne gitmekte olduğunu söylemiş ona.

Gece iner inmez usulca bir yılana yaklaşmış. Üzerine basacak gibi yapmış, yılan da sokmuş onu. Bir süre sarsılmış bedeni, sonra kıpırtısız kalmış. Böylece ölmüş.

Ertesi sabah pilot onun cansız bedenini bulmuş. "Vay uyanık!" diye geçirmiş içinden, sonra Prens'ten geri kalanı kuma gömmüş."

Sonradan duyulduğuna göre Harold, Maude'un cenazesine katılmadı. Bunun yerine yıllardan beri ilk kez babasının mezarına gül bıraktı.

Belki buna, Saint-Exupéry'nin Küçük Prens'ini yüreklerinde taşıyanların çoğunun intihar düşüncesiyle oynamayı sevdikleri, kimi zaman da bunu gerçekleştirdikleri eklenebilir. Bu öyküde, bu bir çocukluk düşünü gerçekleştiren çocuk oyunundan ibaretmiş gibi böyle bir eylemi zararsızlaştırıp yücelten bir aziz halesi bulurlar. Böylece özlemleri ve umutlarının ölümden daha güçlü olduğunu, ölümün belki de ayrılığı kesinleştirmek yerine ortadan kaldırdığını düşlerler. Ve unuturlar ki ölümsüz olarak nitelendirdiğimiz, kaybettiğimizi, geçip gittiğini bildiğimizdir.

Yaşam ve ölüm

LEO Benim zihnimi meşgul eden, otuz yaşından sonra yaşamın tadının kalmadığını söyleyen bir aileden gelmiş olmam. Annem bunu geçenlerde telefonda konuştuğumuzda söyledi bana.

HELLINGER Hıristiyan ailelerde kimi zaman böyledir bu. İnsan İsa ile birlikte ölür.

LEO Ama ana babayı öylesine ölmeye bırakmak yine de kolay değil. Bu sabah söylemek istediklerimden biri de babamın kısa süre önce yeniden araba kullanmaya kalkışmasıydı. Çok dik kafalı, erken de yıprandı, bazen aradığını bulamıyor, mesela eli elektrik düğmesine gitmiyor. Bunun üzerine anneme “Tamam” dedim, “O yolu yeniden gideceksek babamı Giessen ile Fulda arasında bir yere gömeriz biz de.” Belki bu da çift anlamlı bir sözdü. Ama içinde biraz gerçek de vardı. Bu durum benim için gerçekten yeni. Ne yapmam gerektiğini gerçekten bilemiyorum, işi şakaya mı vurayım yoksa ana babamı kendi hallerine bırakıp geriye mi çekileyim.

HELLINGER Ölümün korkutucu ya da ciddi bir yanı olmadığı durumlarda böyle davranılır. Bu sabah da öyleydi. Onun için anında sözünü kestim. Ana babandan söz ediş biçiminde inanılmaz bir yıkıcılık vardı. Böyle konuşan insanların temelde intihar tehlikesiyle karşı karşıya olduğunu düşünürüm. Çok canlı, çoğu zaman sevimlidirler, yine de başka bir yere koştuklarını fark edersiniz. Derinde bambaşka bir dinamik işlemektedir. Konuşma biçimi, sistemde korkunç bir şey olduğunu ve bunun şimdi söylediğin şeyle gizlendiğini gösterir.

Şu anda ciddisin. Sabahki halinle aradaki farkı, şimdi ne kadar ciddi olduğunu görüyor musun? Ne kadar yoğunlaştığını?

Gruba Terapistin ciddi konularda işin kabalığa vurulmasına izin vermemesi önemlidir. Grubu anında ciddiyete döndürür. Söz konusu olan ölüm kalımdır çünkü.

LEO Sabah kabalık etmek istemedim. Bunu söylerken güler.

HELLINGER Gruba Görüyor musunuz, yine aynı durumda. Görebilmemiz için bir kez daha gösterdi bu tavrı. Görüyor musunuz? İşte bu ve bu çok tehlikeli. Bu tür insanları anında tehlikede görürüm. Gizli bir niyetleri olduğu ve bunun hiçbir şekilde de bilincinde olmayabilecekleri anlamında tehlikede. Yabancı bir güç tarafından yönlendiriliyormuş gibidirler.

Leo'ya Gülüşe karşı da koyamazsın. O seni sürükler. Bu durumda köke inilir. -Ana babanın ailelerinde kayda değer bir şey yaşanmış mıydı?

LEO Annemin babası madenciymiş, çok genç yaşta solunum yolları iltihaplanmasından ölmüş.

HELLINGER Böyle bir çocuk, babasının öldüğü yaşa geldiğinde çoğu zaman daha uzun yaşamaya hakkı olmadığını sanır ya da hatta babasını ölümünde izlemek ister. Çocukları, annede böyle bir şey algılar ya da böyle bir şeyden kuşkulanırlarsa bunu onun yerine çocuklardan biri yapmak ister. Böyle bir çocuk ölmek ve ölüm düşüncesi zihninden geçtiğinde güler.

Mezar

UTE Geçtiğimiz yarım saat içinde söylediklerinde kaldım ben. Çok heyecanlıyım. Suçla, kendini öldürmeyle ilgisi var hissettiklerimin ama tam olarak ifade edemiyorum. Annemin önünde yerlere kadar eğilmeyle de ilgisi var; bir şey beni bundan alıkoyuyor ama bunun ne olduğunu bilmiyorum.

HELLINGER Eğilmek seni mezardan çıkarırdı. -Başka bir şey var mı?

UTE Bilemiyorum. Böyle bir şey söylemen beni üzdü. Doğru olduğu noktayı bilmiyorum. Bütün söyleyebildiğim, beni üzdüğü. Elbette ölümle ilgisi olduğu için. Ağlar.

HELLINGER Bunu şimdilik böyle bırakıyorum.

Dizim: Dışlanmış büyük amca ve hor görülen amca

FRANK Ben Frank. Bert'i epey uzun zamandır tanıyorum. Eşimden ayrıldım, yirmi bir ve on dört yaşlarında iki çocuğum ve onlarla Tanrıya şükür çok iyi bir ilişkim var. Dagmar'la birlikte kendimize ait bir evde oturuyoruz. Fırtınalı yılların ardından çok daha huzurlu bir ilişki noktasına geldik. Psikoterapist olarak çok yoğun bir şekilde sistemik çalışmalar yürütüyorum. İnsanlarla çalışırken bazı şeylerin beni duygusal olarak fazlasıyla etkilediğini fark ediyor ve daha üzerinde durulması gereken şeyler olduğundan korkuyorum. Burada da bazı şeyler beni çok sarstı. Önce Robert'in, orada olma hakkı olmayan kız kardeşinin kaderi, sonra da olası savaş suçlusunun hikâyesi. Az önce o kadar titredim ki not alamaz oldum. Nasıl bir dinamiğin söz konusu olduğunu mutlaka ortaya çıkarmak zorundayım.

HELLINGER O halde diz. Bu kadar dinamiğin olduğu bir yerde hemen üzerine gitmek gerekir.

FRANK Benim söylemek istediğim, içinden geldiğim aile.

HELLINGER Doğru. Kimlerden oluşuyor ailen?

FRANK Babam, annem, kız kardeşim, ikinci çocuk olarak ben, küçük erkek kardeşim ve bir kız kardeş daha.

HELLINGER Ana babandan biri önceden bir evlilik, nişanlılık ya da ciddi bir ilişki yaşamış mı?

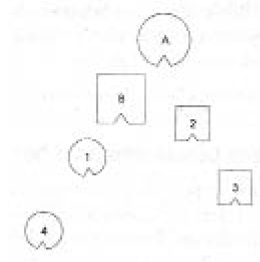
FRANK Hayır.

HELLINGER Başka bir eksik var mı?

FRANK Ailede dışlanmış kişiler var.

HELLINGER Çekirdek aileyle başlayalım. Daha sonra birisinin eksik olup olmadığına bakar, varsa onu da dahil ederiz.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, erkek (=Frank)

3 Üçüncü çocuk, erkek

4 Dördüncü çocuk, kız

HELLINGER Burada olduğu gibi bir dizimde herkes bir yöne bakıyorsa önde birkaç kişi eksik demektir. Kime bakıyorlar? Önde durması gereken kim? Annenin ailesinde özel bir şey yaşanmış mı?

FRANK Büyükbabam Birinci Dünya Savaşında ölmüş, annem on iki yaşındaymış o zaman. Erkek kardeşinin ailenin günah keçisi olması da önemli.

HELLINGER Ne demek “günah keçisi”?

FRANK Birincisi eşcinselmiş - Kötüymüş bu da. Sonra beceriksizin teki gözüyle bakarlarmış ona -ailede bu da kötü bir şeymiş.

HELLINGER Onu da dizime katalım. Annenin ailesinde başka ne yaşanmış?

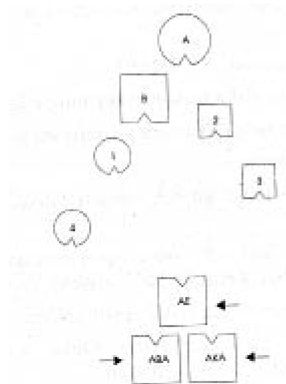
FRANK İki amcası başarısızlıkları nedeniyle Amerika’ya yollanmış. Biri içkiciymiş, başarısız bulunurmuş, diğeri de kimseye aldırmazmış.

HELLINGER Eksik olan, bu ikisi. Annenin erkek kardeşi onların temsilcisinden ibaret. İki amcayı oraya, ailenin önüne dizmek zorundayız. Annenin iki amcasının bu sistem için taşıdıkları önem, annenin davranışından değil, alınyazısından kaynaklanıyor. Amerika’ya gönderilmeleri, burada belirleyici olan.

FRANK Benim erkek kardeşim de Amerika’ya gitti.

Hellinger dışlanmış olanları dizime dahil eder.

2. Resim



AE Annenin erkek kardeşi

AKA Annenin küçük amcası

ABA Annenin büyük amcası

HELLINGER Babada ne değişti?

BABA Önce öyle boşluğa bakıyordum, oraya doğru çevrilmiştim. Şimdi orada sükûnet var, kararlılık. Artık burada kalabilirim.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE O üçünü tek bir gözümle görüyorum ama bütünüyle bakmak istiyorum.

HELLINGER Onları göreceğin şekilde dur.

ANNE Şimdi iyi.

HELLINGER En büyük çocukta böyle nasıl?

İLK ÇOCUK Çok daha iyi oldu böyle. Daha önce sanki bir tehlike gelebilirmiş gibi açıktı burası ve kendimi güruh tarafından öne sürülmüş gibi hissediyordum. Ön safta durmak zorundaydım. Şimdi öndeki amcalara doğru akıyor sempatim; onlarla kendimi iyi hissediyorum.

HELLINGER Frank'ın temsilcisine Böyle ikinci çocuk için nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Bunu cazip mi, korkutucu mu, nasıl bulacağımı henüz bilemiyorum.

HELLINGER Duygu nasıl? Ne değişti?

İKİNCİ ÇOCUK Beni daha fazla merkezimde kılıyor.

HELLINGER Duygu nasıl? Daha mı iyi daha mı kötü?

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi.

HELLINGER Amerika'ya gitmek isteyen küçük erkek kardeş nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben daha önce gayet iyiydim. Arkadakilerden bir duygu almadım. Kendimi bağlı hissetmiyordum.

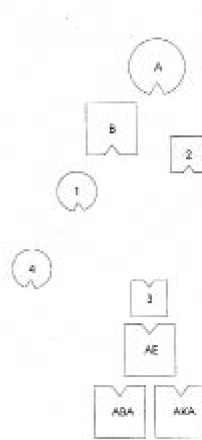
HELLINGER Seni hemen Amerika'ya yollayalım.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Hemen giderim. Onlar orada dururken oraya gitmem gerektiğini açıkça anladım.

FRANK Erkek kardeşim sürekli akrabaları ziyarete gider, beni de peşinden sürüklemek ister.

Hellinger küçük erkek kardeşi dışlananlar grubuna ekler.

3. Resim



HELLINGER En küçük kız kardeş nasıl?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Önümde birisi olmasından çok memnunum. Önceki dizimi çok kötü bulmuştum, arkamdaki aileyle hiçbir temasım yoktu çünkü. Kendimi oldukça yitik hissediyordum. Şimdi önümde birkaç kişi olmasına memnunum. Kendimi biraz arada kalmış hissediyorum ama böyle iyi.

HELLINGER Bu yalnızca bir hareket noktası, buradan ilerlemeye devam edeceğiz.

Frank'a Babanın ailesinde önemli bir olay var mı?

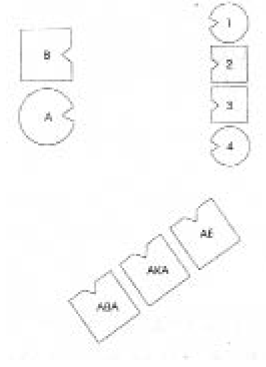
FRANK Babam nasyonal sosyalistti. Neler yaptığını tam olarak hiçbir zaman bilmedim. Ama büyük başlardan olmalıydı, çünkü silah altına almadılar.

HELLINGER Savaştan sonra mı içeri alındı?

FRANK İçeri alındı ve yıllar boyu kendisi ve Almanya'ya karşı işlenen haksızlıktan ötürü öfkeden köpürdü.

HELLINGER Dışlananların annenin görüş alanı içinde kalacakları, çocuklarınsa onları görmeyeceği şekilde düzeni kuruyorum şimdi.

4. Resim



HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Burada, kocamın yanında iyiyim.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Benim için de öncekinden çok daha iyi.

HELLINGER Çocuklar nasıl?

HEPSİ İyi

HELLINGER Frank'a Kendi yerini almak ister misin şimdi? -Nasılsın orada?

FRANK İyi bir duygu burada böyle olmak.

HELLINGER Bu şimdi düzen. Dışlananlar görüş açısının dışında kalmakla birlikte takdir görüyor.

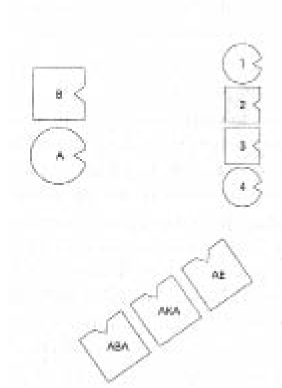
FRANK Benim hiç hoşuma gitmeyen, eşcinsel olan amcamın dışlanan diğerlerinin yanında olması, üçünün birlikte olması.

HELLINGER Kişi diğer nedenler yanında, dışlanan kötüyü temsil etmek zorunda olduğunda eşcinsel olur. Ve bu burada son derece tipik. Ağır bir alınyazısı ve sen buna müdahale edemezsin.

FRANK Evet. Bakışımızı geleceğe açık tutmak iyi olur belki.

HELLINGER Geleceğe nasıl bakılacağını sana göstereyim mi? Dört çocuk da arkalarını döner. Böylece ana babalarını arkalarına alırlar. Ana baba kalır, çocuklarsa gidebilir. Bu gelecektir. Ama daha önce ebeveyn rahatça biraz daha çocuklarına bakabilir.

5. Resim



HELLINGER Güzel. Hepsi bu. Sen yine de dizimi not et. Kimi zaman yardımı olur bunun.

Aile sistemine kimler dahildir?

HELLINGER Aile sistemine kimler girer? Bir ailenin dizimi yapılırken kimlerin sorulması gerekir?

Burada sistemle anlatılmak istenen, bireylerinin bilinçsizce başka bireylerin alınyazılarına kilitlenebileceği, insanların kuşaklar boyu süren kader birliğidir. Sistemin etki alanı, kilitlenmelere yol açan alınyazılarının etki alanıyla görülür. Bu kader birliğine dahil olan kişiler kural olarak aşağıdakilerdir:

- Çocuk ve onun ölmüş olanlarla ölü doğanlar da dahil olmak üzere kardeşleri ile üvey kardeşleri.
- Bir üst düzeyde ana baba ve onların erken ölenler ve ölü doğanlar da dahil olmak üzere kardeşleriyle üvey kardeşleri.
- Bunun da bir üstünde büyük ana baba ve kimi zaman onların kardeşleri ya da üvey kardeşlerinden biri ya da diğeri. Ama bu ender rastlanılan bir durumdur.
- Bazen büyük büyük ana babadan biri. Ama bu da sık karşılaşılan bir durum değildir.
- Buraya dek adı geçenlerden kötü bir alınyazısı olmuş olanlarla kendisine sistemin üyeleri tarafından sözgelimi miras konusunda bir haksızlık yapılmış olanlar ya da dışlanmış, aşağılanmış veya unutulmuş olanlar özellikle önem taşır.
- Bunları, akraba olmasalar da bu sistemde başkaları için yer açmış olanlar izler -çoğu zaman en önemli kişiler de onlardır. Ana babanın ya da büyük ebeveynin ölmüş bile olsalar önceki eşleri veya nişanlıları gibi. Baba ya da annenin üvey kardeşleri de buna dahildir. Bundan başka, sistemde birisinin onların zararına ya da kaybı pahasına bir yarar elde ettiği herkes. Başka birisi erken öldüğü ya da mirastan hariç tutulduğu için mirasa konan birisinin durumunda olduğu gibi.
- Sistemde birisinin yararına çalışmış ama sonra haksızlığa uğramış herkes de -sözgelimi memurlar- sisteme dahildir. Ancak burada büyük bir zarar ve haksızlık söz konusu olmalıdır. Bu anlamda sisteme dahil olmayanlar, evlenmiş dayı, amca, hala ve teyzelerle çocukları ve yeğenlerdir.

Kimileri, büyükanne ya da teyze gibi aileyle birlikte yaşamış olanların da sistem için çok önemli olduğunu söyler, ancak kilitlenmelerde mekânsal yakınlık rol oynamaz. Tersine, çoğu zaman kişi, varlığından bile habersiz olduğu birisinin alınyazısıyla kilitlenmiştir.

Hayatta kalanlarla ölülerin ve suçlularla kurbanların kader birliği

Yıllar boyu dizimler sırasında giderek daha da fazla açıklık kazanan olgu, hayatta kalanlar ve ölüler, suçlular ve kurbanlar arasında tarafların ötesinde sonraki kuşaklar üzerinde etkisini gösteren derin bir bağ oluştuğu oldu. Örneğin savaştan dönen askerler ölen silah arkadaşları ve aynı şekilde kendi öldürdükleri düşmanlarıyla aralarında özel bir bağ hissediyorlar. Bu da etkisini öyle gösteriyor ki hayatta kalan askerlerin sonraki kuşakları babaları ya da büyükbabalarının ölen silah arkadaşları ya da düşmanlarına yöneliyor, onların yanında yer almak ya da yanlarına uzanmak istiyor, ölmeye veya -kimi zaman- kendini öldürmeye karşı yüzeysel bir bakışla şaşırtıcı bir özlem duyuyorlar. Oysa bununla yalnızca babaları ya da büyükbabalarının ölmüş silah arkadaşları ya da düşmanlarının yanında olmaya karşı duydukları bilinçsiz veya reddedilmiş özlemlerini üstlenmiş oluyorlar.

Çözüm, onların kendilerinin de çoğu ölmüş olan babaları ya da büyükbabalarını ölmüş yoldaşları ya da düşmanları yanına uzanmaya bırakmalarından geçiyor. Bu durumda bir dizim sırasında çoğu zaman, her ikisi de bizim yüzeydeki düşünce ya da yargılarımızın olanak tanıdığından daha büyük güçlere hizmet etmiş ya da onların kurbanı olmuş insanlar arasında oluşana benzer bir kardeşlik çıkıyor ortaya. Her iki insan da kendisini teslim olmuş hissediyor, birlikte, anlayamadıkları daha yüksek bir şeye katılıyor ve birbirlerini artık kusursuzluğa ermiş olarak derin bir sevgi ve saygıyla karşılıyorlar. Ölüler olarak geçmişi geride bırakarak kendilerini barış içinde onları artık her açıdan birleştirene bırakıyorlar.

Aynı şey suçlu ve kurbanlar için de geçerli. Sözgelimi inançlı nasyonal sosyalistler ve onların aşağıladığı, zulmettiği ve öldürdüğü insanlar. Ölümlerinde her iki taraf da kendilerini, bizim hak ve haksızlık anlayışlarımızın ötesinde tarihi umut ve isteklerimizi aşan ve iyi kötü ayrımımızın yüzeysel oluşunu ortaya koyan yasalarla yöneten aynı insanüstü elin parmakları gibi deneyimliyorlar [2].

Eyleme geçmeksizin yalnızca doğru iç resimle etki etmek

ROBERT Zihnimde bir sonraki soru beliriyor; bu durumda karımla ne yapmam gerektiği. Harekete geçmek ve bir şeyler yapmak istiyorum, çünkü şu anda beklemedeyiz. İçimdeki dürtü bu şimdi. Ya da bir süre daha diğer konu üzerinde kalıp ölen kız kardeşimle mi uğraşmam gerek? Karımla aramdaki sorunu zamana bırakmak zoruma gidiyor.

HELLINGER Sistemlerde değişiklikler doğru içsel resimle gelir. Buna başka bir kurstan bir örnek vereyim.

İçsel resmin etkisinden söz ederken katılımcı bir kadın şunu anlatmıştı: “İki yıl önce Viyana’da aile senaryosu üzerine bir kursa katılıp şimdiki ailemin dizimini yapmıştım. İlk resimde iki ağabeyinden hayli sonra dünyaya gelen en küçük oğlum benimle kocam arasında duruyordu. Gerçekten de çoğu zaman aramızda uyurdu, onu yatak odamızdan ancak feryat figan ve kapıyı kilitleyerek çıkarabilirdik. Eve geldiğimde…”

Sözünü keserek aile diziminde ne yapıldığını sordum.

Şöyle yanıtladı kadın: Küçük oğlum iki ağabeyinin yanına yerleştirildi. Eve döndüğümde kendime şimdi ne yapacağımı sordum. Ama o zamandan sonra bir daha hiç yatak odamıza gelmek istediğini söylemedi. Ben hiçbir şey söylemedim, o da bir daha gelmedi, kendi odasına gitti. -Sen iç resmin etkisinden söz ederken aklıma bu geldi.

Doğru içsel resme güvenmek ve etkisini aceleye getirilmiş konuşma ve eylemle bozmamak özel bir içsel disiplin gerektirir. O zaman eyleme geçmeden etkili olabilirsin.

Eşin intihar tehdidi

HARTMUT İlk karım sık sık intihar tehdidinde bulunur ve birlikte intihar isteğini dile getirirdi. Hâlâ öfke dolu içim, çünkü intihar tehdidi konusu ve bunun birlikte intihar önerisiyle daha da tırmanması o zamanlar hayatımı feci bir şekilde içinden çıkılmaz hale getiren özverilere yol açtı. Duygusal şantaja duyduğum bu öfkeden hâlâ kurtulamadım.

HELLINGER Aile terapisinde bir ilke vardır. İyi ve kötü söz konusu olduğunda durum, ortaya konanın tersidir. Öfkelisin, çünkü karın kendisini öldürmek istediğini söylemiş. Soru şu: Aslında senin ailende kendisini kim öldürmek zorunda kalırdı? Sen mi karın mı? Ya bu sen isen? Böyle güçlü bir duygu buna eşlik ediyorsa durumun tam tersi olması olasılık dahilindedir. Yoksa duygunun bu kadar güçlü olmasına gerek olmazdı.
-Şimdi düşünmen için biraz zaman veriyorum sana.

Dizim: Kız, babası için onun eski nişanlısını temsil ediyor

ULLA Adım Ulla. Evliyim. Burada ele almak istediğim konu, gerçekleşmeyen çocuk arzum. Babamın annemle evlenmeden önce nişanlı olduğu kadına geldim. Babam nişanı bozmuş, kadın onu beklemiş ve hiç evlenmemiş. Eski Doğu Almanya'da, halamın oturduğu yerin yakınlarında yaşıyor. Önümüzdeki günlerde oraya, onu ilk kez ziyarete gideceğim.

HELLINGER Demek senin senaryo modelin bu nişanlı.

ULLA Bilmiyorum.

HELLINGER Ben ne dedim?

ULLA Bu nişanlı benim modelim.

HELLINGER Doğru.

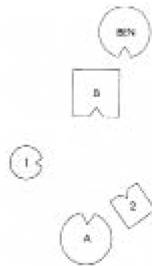
ULLA Hayır.

HELLINGER Hayır'ın bu durumu değiştiriyor mu?

ULLA Ama elbette.

HELLINGER Pekâlâ, dizimi yap, o zaman sınayabilirsin.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız (=Ulla)

2 İkinci çocuk, oğul

BEN Babanın eski nişanlısı

HELLINGER Ulla’ya Annen başka nişanlılık ya da evlilik geçirmiş mi?

ULLA Hayır. Benim doğumumdan önce iki düşük yapmış. Bir daha çocuğu olmayacağını düşünmüş. Bir ilaç almış o sıralarda, hâlâ da depresiftir.

HELLINGER Ama seni dünyaya getirmiş.

ULLA Evet, hemen ardından bana hamile kalmış. Bir ilaç daha almış ve erkek kardeşim doğmuş.

HELLINGER Gruba Şimdiki gibi bir dizimde kadınla erkek yüz yüze durduklarında bu evliliğin bittiği anlamına gelir.

Baba nasıl?

BABA Korkunç. Önümde, sağımda, solumda hiçbir ilişkim yok. Arkamda beni delip geçen bakışlar var, o tarafa dönemiyorum, yani korkunç bir durumdayım. Bölünmüş, sevilmeyen, kızağa alınmış gibi.

HELLINGER Haliyle.

Gruba Hiçbir şansı yok artık. Nişanlıya böyle davrandığında hiçbir şansı yok. Şansını kaybetmiş.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Kendimi dışlanmış hissediyorum, kocam tarafından dışlanmış. Oğlum burada olduğu için mutluyum.

HELLINGER Oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Hiç fena değilim. Şaşıyorum buna ama burada kendimi oğul olarak iyi hissediyorum.

HELLINGER Ulla’nın temsilcisine Kız nasıl?

İLK ÇOCUK Son derece tuhaf. Hiçbiriyle bir ilişkim olsun istemiyorum.

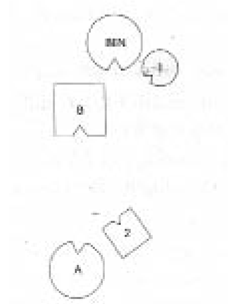
HELLINGER Gruba Bu pekâlâ nişanlının duygusu olabilirdi.

HELLINGER Eski nişanlı nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Sen beni buraya yerleştirdiğinde kazandım diye düşündüm.

Hellinger kızı eski nişanlının yanına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER Ulla’nın temsilcisine Böyle nasıl?

İLK ÇOCUK Nişanlıya soru yöneltildiğinde bu gerçekten ilgimi çeken ilk şey oldu. Sonra o yana baktım ama duygu gayet nahoştu.

HELLINGER Biraz daha yaklaş.

İLK ÇOCUK Bir deneyeyim. Çok tuhaf. Sanki bana dayanıyormuş da onu tutmak zorundaymışım gibi. Kafa karıştırıcı. Olmuyor.

HELLINGER Anne şimdi nasıl?

ANNE Daha iyi. Saldırganlık artık yok.

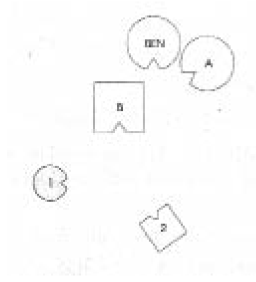
HELLINGER Gerçekte nişanlının yanında durması gereken kim?

ANNE Bilmiyorum.

HELLINGER Senin orada olman gerekiyor. Git bir bakalım.

Anne eski nişanlının yanına geçer, kız yerine döner.

3. Resim



ANNE Şimdi iyi böyle.

HELLINGER Doğru. Depresyonun nedeni bu.

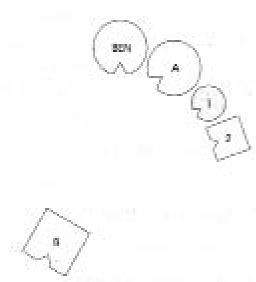
Gruba Anne ancak nişanlıyla dayanışma içinde olduğunda kendini yeniden iyi hisseder. Oraya gitmeli.

HELLINGER Eski nişanlı şimdi nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI İyi.

Hellinger resmi değiştirir.

4. Resim



HELLINGER Baba nasıl?

BABA Dışlanmış ama gelecek açık.

HELLINGER Daha mı iyisin daha mı kötü?

BABA Çelişik duygularla dolu.

HELLINGER Eski nişanlı için böylesi nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Sol tarafımdan yana kendimi iyi hissediyorum. Ama eski nişanlım yönüne doğru hâlâ bir üzüntü hissediyorum.

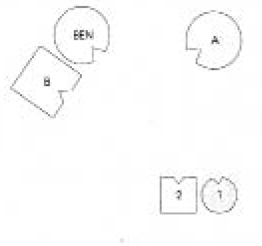
HELLINGER Artık onunla birlikte olamazsın.

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Ben de ondan çok daha fazla sol yanımdakilere bakıyorum.

HELLINGER Bir de şunu deneyebiliriz…

Hellinger baba ve eski nişanlısını bir çift olarak ailenin karşısına yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Baba için böyle nasıl?

BABA İlk defa tahammül edilebilir bir halde.

HELLINGER Anne için nasıl böylesi?

ANNE Çok daha iyi.

HELLINGER Nişanlı için nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI İyi.

İLK ÇOCUK Bu benim için şimdiye kadarki en iyi dizim. Ama benim için artık gitme ve kendi ayaklarım üzerinde durma zamanı.

HELLINGER Ulla’ya Kendi yerine geç.

ULLA Dizimde kendi yerini aldığında İyi böyle.

Çocukların doğru yeri

JAN Bir aile diziminde çocuklar ana babanın tam karşısına yerleştirildiğinde bunu bir çatışma olarak algılıyorum.

HELLINGER Bu, resimden senin çıkardığın bir duygu, çünkü katılımcılar bunu çatışma olarak deneyimlemiyor. Ana baba bir grup, çocuklar bir grup ve tam olarak temel düzen sıralamasında duruyorlar. Sıralama her zaman saat yönünde ilerleyen bir daire çizer. Ana baba bir yanda, çocuklar da diğer yanda durduğunda bu düzen korunmuş olur. Bunu burada, Ulla'nın diziminde de görebildin. Önce erkek geldi, sonra nişanlı, arkasından kadın ve ilk çocuğu, son olarak da ikinci çocuk. Ama onların sıralamada nereye yerleştirileceği koşullara bağlıdır. Eğer çocuklar babanın etki alanına girmek zorundaysa babaya daha yakın dururlar. Annenin etki alanına girmeleri gerekiyorsa da anneye. Burada anneye daha yakın olmak zorundaydılar, o nedenle de tam karşısında yer almadılar. Ama böyle bir gerek olmadığında çocuklar ebeveynin karşısında durur.

JAN Önceden zihnimdeki ideal aile resmi, çocukların gerçi saat yönünde ama tam karşıda değil de yarım daire çizecek şekilde durmalarıydı.

HELLINGER Hayır, hayır. Ana baba bir tarafta, çocuklar da diğer tarafta dursa da daire tamamlanır. Eksik kişiler varsa değişir durum. Onlar daireye kimi zaman ana baba ve çocuklar arasında bir yere girer, örneğin annenin ölmüş bir ikiz kız kardeşi gibi.

JAN Sistem böylesine kapandığında çocuklar nasıl ayrılabilir? Arkalarını döndüklerinde mi olur bu?

HELLINGER Tam bu şekilde. Ayrılma vakti geldiğinde çocuklar arkalarını dönerek ileri giderler. Ana babaysa kalır ve çocuklarını destekleyici bakışlarla izlerler. Bu herkes için iyi olan çözümdür.

Bir şey daha; ana babanın bir yanda, çocukların sırayla -yani ilk çocuk sağda, ikincisi onun solunda vb- onların karşısında oturması da iyi bir sofra düzenidir. Barış getiren bir sofra düzenidir bu.

Ana babanın önceki bir eşiyle bilinçdışı özdeşleşme

UTE Bir kız çocuğu babanın önceki bir kadınıyla kendisi onu tanımasa da nasıl özdeşleşebiliyor?

HELLINGER Kişinin birisiyle özdeşleşmesi için onu tanıması gerekmez. Çünkü özdeşleşmeye yol açan baskı, sistemden gelir ve etkisini, temsil edilmek zorunda olunan kişi tanınmaksızın da gösterir. Dolayısıyla babanın daha önce başka bir kadınla yoğun bir ilişkisi olmuşsa bir kızının bu kadını taklit edeceğinden, bilincinde olmaksızın onu aile içinde temsil edeceğinden hareket edilebilir. Annenin daha önce bir erkekle yoğun bir ilişkisi olması durumunda da bir oğlun bu erkeği taklit edeceğinden, farkına varmaksızın onu aile içinde temsil edeceğinden yola çıkılabilir. Böylece kız, kendisi ve annesi nedenini bilmeksizin annenin rakibi haline gelir, oğul da, o ve babası nedenini bilmeksizin babanın rakibi olacaktır.

Kız çocuğun üzerindeki, babanın önceki kadını ya da sevgilisini özdeşleşme yoluyla temsil etme baskısı, annesinin erkeğin önceki karısını kendisinden önceki kadın olarak takdir etmesi, ancak bununla birlikte bilinçli olarak kendisini onun ve kocasının arasına yerleştirmesi ve erkeği bütünüyle kocası olarak almasıyla azalır. Anne kocanın önceki karısı ya da kız arkadaşına karşı nasıl bir tavır benimserse benimsesin, kız evlat bundan bağımsız olarak özdeşleşmeden kurtulabilir; annesine yalnızca içinden bile olsa “Sen benim annemsin, ben de senin kızın. Benim için olması gereken yalnızca sensin. Diğeriyle benim hiçbir ilgim yok” diyerek özdeşleşmenin bilincine vardığında. Ve babasına, yalnızca içinden bile olsa “Bu benim annem ve ben onun kızıyım. Benim için olması gereken sadece o. Diğeriyle benim hiçbir ilgim yok” dediğinde.

O zaman da kız annesini annesi olarak, anne de kızını, bir rakipten korkmaksızın kızı olarak sevebilir. Bu durumda kız babaya da yönelebilecek ve onu babası olarak sevebilecektir. Baba da kızına yönelebilecek ve onda önceki bir kadın ya da sevgiliyi aramaksızın onu kızı olarak sevebilecektir.

Aynı şey oğul için de geçerlidir. Annenin önceki bir eşi ya da sevgilisini özdeşleşme yoluyla temsil etme baskısı, babasının önceki bu erkeği önceki erkek olarak takdir etmesi, bununla birlikte bilinçli olarak kendisini o ve karısı arasına yerleştirmesi ve karısını bütünüyle karısı olarak almasıyla azalır. Babası karısının önceki eşi ya da sevgilisine karşı nasıl bir tavır benimserse benimsesin, oğul bundan bağımsız olarak özdeşleşmeden kurtulabilir babasına yalnızca içinden bile olsa “Sen benim babamsın, ben de senin oğlun. Benim için olması gereken yalnızca sensin. Diğeriyle benim hiçbir ilgim yok” diyerek özdeşleşmenin bilincine vardığında. Ve annesine, yalnızca içinden bile olsa “Bu benim babam, ben de onun oğluyum. Benim için olması gereken yalnızca o. Diğeriyle benim hiçbir ilgim yok” dediğinde.

O zaman da oğul babasına yönelebilecek, onu babası olarak sevebilecek, babası da oğluna yönelerek onda bir rakipten korkmaksızın oğlunu oğlu olarak sevebilecektir. Bu durumda oğul anneye de yönelebilecek ve onu annesi olarak sevebilecektir. Anne de oğla yönelebilecek ve onda önceki bir erkek ya da sevgiliyi aramaksızın onu oğlu olarak sevebilecektir.

Ana babanın önceki bir eşiyle bilinçsiz özdeşleşme kimi zaman psikoza yol açar. Özellikle de bunun için bir kız çocuk olmaması durumunda oğul babanın önceki bir kadınını ya da bunun için bir erkek çocuk olmamasından ötürü kız annenin önceki bir erkeğini temsil etmek zorunda kaldığında.

Tanrı adına tasalanmak

RUTH Adım Ruth. Rahibeyim. Ama daha fazla sorumluluk aldığım ve yakınlarda da bir yönetim komisyonuna seçildiğim için son yıllarda pek çok şey değişti. Bu takımda daha yer edinmem gerektiğini görüyorum ve bu rüyalarımda bile meşgul ediyor zihnimi.

HELLINGER En son seçilen olarak, etkini göstermeden önce konumunu kazanmak zorundasın. Onun için daha uzun bir süre
önemli konularda düşünmeyi diğerlerine bırak ve kararlarına katıl.

RUTH Burada, grup çalışması sırasında ve sen konuşurken aklım sürekli kilise yönetim komisyonunda ve her şeyi de bu kulakla dinliyorum.

HELLINGER Sana kilise yönetimleri konusunda bir şey söyleyeyim. Özellikleri Tanrıya hiç güvenmemeleri ve pek çok şeyi kendi planlamalarına bırakmalarıdır. Tanrı varsa kilise yönetimlerinin bu kadar tasalanmalarına gerek yoktur.

Bir zamanlar Petrus diye biri varmış. Havari hikâyelerinde adı geçer. Kudüs'te mahkeme karşısına çıkarıldığında Gamaiel adlı biri -yüksek rahiplerdenmiş bu Gamaiel- bilgece bir söz söylemiş. Hatırlayabiliyor musun?

RUTH Ne demek istediğini anladım şimdi.

HELLINGER "Bir şey Tanrıdan geliyorsa onu kimse tutamaz. Tanrıdan değilse de kendiliğinden kırılır, sizin bir şey yapmanıza gerek yoktur."

RUTH Söyleyeceklerimi bitirmedim daha.

HELLINGER Görüyorum. Yine de kişi bu bakışı kavradığında öyle bir komisyonda sanki kendisi de içinde değilmiş gibi oturur ve o anda da eyleme geçmeksizin etkili olur.

RUTH Bu tamam. Ama bana bu arada bir şey olduğunu hissediyorum ve neler olup bittiğini anlamak istiyorum.

HELLINGER Tanrının yolunu anlamak istiyorsun.Tam da bir şeylerin yolunda gitmeyişiyle Tanrının iradesi yerine geliyordur belki. Kim bilebilir ki?

RUTH Beni etkiliyor ama anlamıyorum. Neden?

HELLINGER Burada bir düşünce de şu: Kişi Tanrıyı nasıl anlayıverir? Teolojik olarak konuşursak ya da felsefi açıdan, hangi kötü, Tanrıya karşı bir şey yapabilir ya da ona engel olabilir? Ya hangi iyi bunu yapabilir?

RUTH Neden göz yaşlarına boğulmanın eşiğindeyim şimdi, anlamıyorum.

HELLINGER Nedeni sana söyleyebilirim. Son primer seansımızı hatırlıyorum.

RUTH Benim hiç aklımdan çıkmıyor.

HELLINGER Sevgisiyle babasının savaştan geri dönmesini sağlayabileceğini düşleyen küçük kızın düşüne veda etmek zorundasın. Yani bunun senin elinde olduğu düşüne veda etmek. Ben böyle hatırlıyorum seansı. Ve burada yapılması gereken bu, çok güzel bir rüyaya veda etmek. Aradaki bağlantı şimdi açık mı senin için?

RUTH Hayır, henüz tam değil. Ama bir şey daha var. Sen içsel resimlerden söz ettiğinden beri, söylediklerin farklı duygular uyandırıyor içimde.

HELLINGER Geçmişte ben de kilise komisyonlarında yer aldım. Bazen söz arasında, doğru bulduğum bir cümle ederdim. Başlarını iki yana sallarlardı. Sonra bir seferinde aradan bir yıl geçtikten sonra aralarından biri aynı cümleyi söyledi ve doğal bir onay buldu karşısında. Bir cümlenin bir yıl boyunca sessizce etkisini göstermesine tanık olmak gizli bir sevinç vermişti bana. Komisyonlarda bu şekilde dikkat çekmeksizin etkili olabilir insan. Ama cümle, doğru cümle olmalıdır!

Boşanmış, madde bağımlısı bir annenin çocuğu kime verilmeli?

CLAUDIA Şu sırada yazmakta olduğum bir bilirkişi raporunda doğru cümleyi arıyorum. Dört buçuk yaşında bir kız çocuğuyla madde bağımlısı annesi söz konusu.

HELLINGER Ya babası?

CLAUDIA İkisi ayrı yaşıyor. Anne sık sık hastaneye giderken çocukla baba ilgilenmiş. Anne ondan ayrıldığında da adam başka bir kadınla ilişkiye girmiş. İlişki sürüyor. Kadının da iki çocuğu var.

HELLINGER Bilirkişi raporu ne hakkında?

CLAUDIA Çocuğun kime verileceği.

HALLINGER Babaya verilmek zorunda.

CLAUDIA Babanın çocuğu ağırlıklı olarak kendi ana babasında bırakması doğru olur mu?

HELLINGER Hayır, yanına, aileye almalı. Diğer kadın ilişkiye iki çocuk getirmiş. O da bir tane getirirse durum dengelenir ve bu ilişkilerinin yararına olur. Çocuk için iyi olması bir yana yalnızca bunun için bile böylesi uygun olur.

CLAUDIA Yani çocuk bağımlı anneden ayrılmalı?

HELLINGER Evet, bağımlı anneden ayrılmalı.

CLAUDIA Annenin bir iki yıl içinde yeniden sağlığa kavuşacağı zaman için bir önerin var mı?

HELLINGER Çocuk babasında kalmalı.

CLAUDIA Kız olsa bile mi?

HELLINGER Yine de babasında kalmalı.

CLAUDIA Ya ziyaret hakkı? Anne çocuğu ne kadar görmeli?

HELLINGER Anne olarak buna bütünüyle hakkı var. Bu hak korunmalı. Ancak bağımlı olduğu sürece çocuk için bir tehlike var. Bu nedenle neyin akıllıca olacağı iyice tartılmalı. Ama bağımlılıktan kurtulduğunda ortada buna karşı bir şey kalmaz.

CLAUDIA Peki erkeğin ailesinin kadının hastalığına gösterdiği anlayışsızlığı karşısında nasıl davranmalıyım? Annenin bağımlılığını ben hastalık olarak görüyorum. Ama kadın, kocasının ailesi tarafından aşağı görülüyor, işe yaramazın teki ya da güvenilmez biri gibi davranıyorlar ona.

Bağımlılığa yol açan

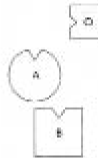
HELLINGER Kişi, annesi ona “Babandan gelen işe yaramaz. Yalnızca benden al” dediğinde bağımlı olur. O zaman çocuk anneden öç alır ve ondan, kendisine zarar verecek kadar çok şey alır. Dolayısıyla bağımlılık, çocuğun, onun babadan almasına engel olan anneden aldığı intikamdır. - Bunu anlayabiliyor musun?

CLAUDIA Evet, ama sorum bu değildi. Yine de benim için çok önemli bu. Asıl sorum, çocuğun içinde büyüyeceği aile anneye çok az değer verirken çocuk ya da annesi için ne yapabileceğimdi? Nasıl müdahale edebilirim?

HELLINGER Bağımlılığın nasıl oluştuğunu kocasına açıklayabilirsin. Bu ona başka bir bakış açısı kazandırır. Ve ona, çocuğun kişiliğinde annesini sayıp sevecek olursa çocuğun iyi olacağını söyleyebilirsin.

Sana bir örnek vereyim. Bir kadın kocasını, adam artık kendi kendisi için bir şeyler yapsın diye psikoterapiye sürükledi. Kadın pek çok gruba katılmış, primer terapi ve daha neler yapmıştı. Adam böylece bir grup çalışmasına geldi. Onu gördüğümde “Senin burada işin ne” diye sordum, “İnsan sana baktığında iyi olduğunu görüyor. Burada olmana gerek yok.” Çok mutlu oldu. Zanaatkârdı, sade bir adam. Birkaç gün sonra nasıl olup da bu kadar iyi olduğunu anlamadığını söyledi; babasını hiç tanımamıştı. Doğumundan beş hafta önce babası savaşta ölmüştü. “Annen babanı çok sevip saydığı için onu özlememiş olabilirsin” dedim. “Evet” dedi, “öyleydi.” Daha sonra ailesini dizdik. Sizlere bu dizimi göstereyim.

1. Resim



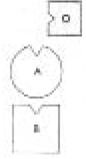
B Baba, savaşta ölmüş

A Anne

O Oğul (=Danışan)

HELLINGER Dizim böyleydi. Kadın, “Kendimi yarı yarıya erkek gibi hissediyorum” dedi. Bunun üzerine erkeği tam arkasına yerleştirdim.

2. Resim



HELLINGER “Şimdi o ve ben biriz” dedi kadın. Bu oğula kendini çok iyi hissettirdi. Biri diğerini saydığında böyledir bu. Bu durumda oğul her ikisini de temsil edebilir.

ANNE Bunu ben de hissediyorum.

HELLINGER Oğula Sen nasılsın?

OĞUL İçim sımsıcaktı.

HELLINGER Baba eksik değildi, çünkü sayılıyordu.

Gruba Baba çocuklarda anneyi, anne de onlarda babayı sayıp onurlandırdığında çocuklar kendilerini iyi hisseder. Bu nedenle boşanmalarda çocuklar, onların varlığında eşe en çok saygı gösteren tarafa verilmelidir. Bu da genelde erkektir. Ama bunu kadınlar da kazanabilir.

CLAUDIA Nasıl?

HELLINGER Bunu onlar da yaparak.

THEA Bağımlılık konusunda bir sorum daha var benim. Bağımlılığın babaya sadakat demek olduğunu söylemiştin. Anne, babadan iyi bir şey gelmeyeceğini söylediği için çocuk bağımlı olur demiştin. Ama kaçırdığım bir şey daha, çok önemli bir şey daha söyledin, bağımlılıkta yaşanan bir şey.

HELLINGER Çocuk anneden o kadar fazla alır ki bu ona zarar verir. Bu bağımlılıktır. Bu nedenle bağımlıları yalnızca erkekler tedavi etmelidir. Kadınlar bu konuda yeterli değildir, meğer ki bağımlının kişiliğinde babasını saysınlar. O zaman, örneğimizde de gördüğümüz gibi onu temsil edebilirler.

DAGMAR Bunu ilke olarak böyle söyleyebilir miyiz, yoksa bir erkekle kadının bağımlı olması arasında fark var mıdır?

HELLINGER Hayır, ilke olarak her zaman böyledir bu.

DAGMAR Yani durum her zaman annenin bağımlı hale gelen çocuğa "Babandan gelen işe yaramaz, yalnızca benden al" demesidir. Peki babanın kendisi de bağımlı, diyelim alkolik ise ve anne oğluna "Babanın yaptığı işe yaramaz" derse?

HELLINGER Bu durumda annenin oğluna "Sende babanı seviyorum ve onun gibi olman benim için uygun" demesi gerekir. Bunun etkisi alışılmadıktır. Çünkü baba oğlun varlığında saygı gördüğünde oğlun da alkolik olmasına gerek kalmaz. Dolayısıyla buradaki davranış biçimi çoğunlukla uygulamadakinin tam tersidir.

THOMAS Bütün Batı dünyasında bağımlılık sorunlarının kitlesel artışının bununla ilintili olduğu anlamı çıkıyor buradan.

HELLINGER Evet. Erkekler gerilemede. Kadınlar tarafından giderek daha da fazla küçük görülüyorlar, böylece de bağımlılıklar artıyor. Bu da son derece doğal bir süreç. Kadınlar erkekleri öylece devre dışı bırakamaz.

Kefaret olarak bağımlılık

GERTRUD Bağımlılık anahtar kelimesine dek güncel bir konum olmadığını sandım ama babam alkolikti, annem de bana her zaman babam gibi olduğumu söylerdi. Ancak daha çok duyduğu korkudan böyle söylerdi. Bir süre alkolle oldukça önemli sorunlarım oldu. Bağımlılıklardan geri kalan bugün de nikotin.

HELLINGER Bana son derece ışıltılı bir kadın gelmişti. Ama daha sonra kötüleşti. Psikotik bir kriz geçirip içmeye başlamıştı. Bunun üzerine benimle birkaç seans daha yapmak istedi. Kabul ettim ve ilk ortaya çıkan şu oldu: Sarhoş annesini yerde yatar, babasını da onun yanında çaresiz bir halde durur halde gördü. Kendisi ise annesine kızgındı. Ona, “Annenin burada, yerde yattığını hayal et ve onun, sarhoş annenin yanına uzan ve ona sevgiyle bak” dedim. Dediğimi yaptı. Birden içinden annesine sevgi aktı. Böylece de kefaret zorlanımından kurtuldu. Böyle bir şeyi sen de babanla yapabilirsin. Onu sarhoş bir halde oracıkta yatıyor olarak canlandırır, annenin karşısında onun yanına uzanır ve babana sevgiyle bakarsan.

GERTRUD Yani annemin de olması gerek.

HELLINGER Evet, resimde. Bu bir resim çünkü.

GERTRUD Evet, evet. Babam her zaman çok saldırgandı.

HELLINGER Hayır, hayır. Bunu bilmek istemiyorum. Çözümü elinde. Bu tamamen yeterli. Çözüm elimizde olduğunda soruna ihtiyacımız kalmaz.

Sezgi sevgiye bağlıdır

HELLINGER Gertrud’a Sezgi ancak çözüme yöneldiğimde çalışır. Çünkü bu durumda sevgi ve saygıya da yönelmişimdir. O zaman birisi hakkında hikâyeler anlatmama gerek kalmaz. Ama merakla hareket edip soruna yöneldiğim, sorunu daha fazla tanımak istediğim an sezgi; başarısızlığa uğrar. Saygıya bağlıdır sezgi; ve sevgiye.

İntihar girişimi olarak bağımlılık

Eroin gibi ağır uyuşturucular kullanan birinin durumunda olduğu gibi yaşamı tehlikeye sokan bağımlılıklar kimi zaman örtülü bir intihar denemesidir. Bu çoğunlukla “Seni izliyorum” ya da “Senin yerine ben” dinamiğini izler. Bazen de “Seninle birlikte öleceğim” dinamiği. Buna bir örnek vereyim:

Eroin bağımlısı bir kadın, “Annem kanser hastası ve ölüm döşeğinde” dedi. Bunun üzerine o ve annesini belirli bir uzaklıkta karşılıklı duracakları şekilde dizdik. Kızın annesine nasıl bir sevgiyle baktığı etkileyiciydi. Ona kollarını uzatıp “Seninle geliyorum” dedi. Onunla birlikte ölmek istediği ortadaydı.

Anneye iyileştirici yönelim

UTE Eğilmenin beni mezardan çıkaracağı cümlene öfkelenip duruyordum deminden beri. Şu anda biraz daha iyiyim ama çok zayıflaşmış hissediyorum kendimi. Sonra kalça kemiği civarı ve göğüs kafesimde ağrı duydum ama şimdilik azalmış durumda. Annemi ilk düşündüğümde - zihnimi kurcalayıp duran da bu…

HELLINGER Ana babanın tasvirini istemiyorum, çünkü hiçbir yararı yok bunun. Önemli olan yalnızca neyin yaşanmış olduğu.

UTE İlk defa annemin kendini öldürebileceğini, en azından bunu aklından geçirmiş olduğunu düşündüm.

HELLINGER Şimdi konuya geldik işte.

Ute hıçkırır.

UTE Ve ben de bunu hep başka türlü yaşadım.

HELLINGER Onu nasıl sevdiğini görüyor musun?

Gruba Kişi sevgiye ulaştığında ortaya çıkan acı verici duygu bu şimdi.

UTE Müthiş bir güç gerektiriyor.

HELLINGER Hayır, hiçbir şey söyleme. Bu iyi bir duygu ve etkisini kendiliğinden gösterecek. Seni onunla bırakıyorum.

Ute ayağa kalkar ve kapıya yönelir.

HELLINGER Hayır, burada kal. Burada kalman çok daha iyi. Yanımızda daha güvendesin. Yanıma otur. Bana yaslan.

Ute gözyaşlarına boğulur.

HELLINGER Derin nefes al, ağzını da açık tut. Kollarını, iki kolunu da bana dola. Tam öyle. Daha iyi böylesi. Kuvvetle nefes alırken ağzını açık tut ve derin nefes ver. Çocukken annene nasıl seslenirdin? “Anneciğim”, “anacığım”?

UTE “Anneciğim”.

HELLINGER “Anneciğim” de.

UTE Anneciğim! Anneciğim!

HELLINGER “Sevgili anneciğim!”

UTE Sevgili anneciğim!

Hellinger gözyaşları dinene kadar Ute’yi kollarında tutar.

HELLINGER Şimdi nasılsın?

UTE Kendimi şükran dolu hissediyorum.

HELLINGER Gruba Burada kesintiye uğramış bir yönelim hedefe ulaştı. Bunun ne kadar acı verici olduğunu görüyor musunuz? Kişinin bunu nasıl içinde gizleyip koruduğunu ve bir kez daha oraya yönelmekten nasıl kaçındığını?

Kesintiye uğramış bir yönelimde çözüm

Ana baba ile

Erken dönemde kesintiye uğramış bir yönelimi hedefe en iyi ulaştıracak kişi yine annedir. Çünkü çocuğun kesintiye uğrayan yönelimi genelde ona yöneliktir. Küçük çocuklarla anne bunu kolaylıkla başarır. Çocuğu sevgiyle bağrına basar ve kesintiye uğrayarak öfkeyle kedere dönüşmüş olan sevgi yeniden açıkça anneye sevgi ve özlem olarak akana dek onu öyle tutar ve çocuk rahatlar kollarında.

Anne onu kollarında tuttuğunda yetişkin bir çocuğun da kesintiye uğramış yöneliminin hedefe ulaştırılarak sonuçlarının ortadan kaldırılmasına yardımcı olabilir. Ancak bunun için sürecin kesintiye uğrama zamanına geri götürülmesi gerekir; yönelimin bu zamanda yeniden ele alınarak o zamanki hedefine ulaştırılması gerekmektedir. Çünkü bu, o zamanki, annesine gitmek isteyen ve hâlâ da o zamanki anneye gitmek isteyen çocuktur. Bu nedenle kollarında tutma sırasında hem çocuğun hem de annesinin o zamanki çocuk ve anne gibi olması ve hissetmesi zorunludur. Soru yalnızca, uzun zamandır ayrı olanları birleştirecek olana çocuğun nasıl boyun eğeceğidir?

Buna bir örnek vereyim: Bir anne yetişkin kızı için endişeleniyordu. Kızıysa annesinden kaçınıyor, eve çok seyrek geliyordu. Anneye kızını bir kez daha üzgün bir çocuğu tutar gibi kollarında tutmasını söyledim. Ancak harekete geçmemeli, yalnızca edim kendiliğinden gelene dek bu resmi ruhunda etkimeye bırakmalıydı. Anlattığına göre bir yıl sonra kız eve gelmiş, içtenlikle annesine sokulmuş, annesi de kızı uzun süre sevgiyle kollarında tutmuştu. Sonra kız kalkıp gitmişti. Ne o ne de annesi hiçbir şey söylememişlerdi.

Ana babanın yerini tutanlar ile

Anne ya da babanın hazır bulunmaması halinde yardımcılar onları temsil edebilir. Küçük çocuklarda bunlar akraba ya da eğitimciler, yetişkin çocuklarda da belki deneyimli bir psikoterapisttir. Ancak yardımcı kişi ya da terapist doğru zamanı bekler. İçsel olarak anne ya da babayla ittifak kurar ve yalnızca onların temsilcisi olarak ve onlarca görevlendirilmiş gibi hareket eder. Ana baba yerine sever ve çocuğun yüzeyde ona sunulan sevgisini kendi önünden geçirerek ana babaya yöneltir. Çocuk ana babasına ulaşır ulaşmaz sessizce geri çekilir. Böylece bütün bir yakınlıkta mesafeyi korur ve içsel olarak özgür kalır.

Derinden eğilmek

Yetişkin çocuğun yöneliminin karşısına kimi zaman çocuğun kendisini ana babadan üstün tutması ve onlardan daha iyi olmak istemesi ya da onlardan verdiklerinden başka şeyler istemesi nedeniyle ebeveynini küçümsemesi ya da suçlaması halinde dikilir. Bu durumda, yönelimden önce derinden eğilmek gelmelidir.

Bu derinden eğilme öncelikle içsel bir edimdir. Bununla birlikte görünür ve işitilir bir hale getirildiğinde derinlik ve güç kazanır. Sözgelimi anlayışlı bir grupta çocuğun ailesi dizildiğinde ve "çocuk" ana babasının temsilcileri önünde diz çöküp yerlere kadar eğildiğinde, onlara yukarı doğru açılmış elleriyle kollarını uzattığında ve onlara şunu söylemeye hazır hale gelene dek de bu duruşu koruduğunda olan budur: "Seni, sizi onurlandırıyorum." Kimi zaman buna "Lütfen bana kızmayın" ya da "Sizi çok özledim" veya yalnızca "Lütfen!" sözcüklerini ekler. Ancak bundan sonra çocuk doğrulabilir, sevgiyle onlara yönelir, sevgiyle kucaklar ve "Sevgili anne", "Anneciğim", "Sevgili baba", "Babacığım" ya da yalnızca "Anne", "Baba" ya da çocukken nasıl sesleniyor idiyse öyle hitap eder.

Bütün bu süreç boyunca temsilcilerin hiçbir şey söylememesi, özellikle de çocuk önlerinde eğildiğinde saygı yeterince gösterilene, ayıran ortadan kalkana dek buna karşılık vermemeleri, onurlandırılmayı ebeveynin yerine kabul etmeleri önemlidir. Ancak kucaklaşmada kendileri de onu kucaklayarak karşılık verirler.

Grup yöneticisi süreci yönetir. Yönelimin olup olmadığına, bundan önce derinden bir eğilmenin gerekip gerekmediğine o karar verir. "Çocuğa" eğilme ya da kucaklaşma sırasında söylemesi gereken sözcükleri söyler. Direncin işaretlerine de dikkat edip "çocuğun" örneğin derin nefes almasını, ağzını hafifçe açmasını, başını öne doğru eğmesini isteyerek direnci aşmasına yardım etmelidir. İnlemek ya da nefes alırken belirsiz sesler çıkarmak gibi kişiyi zayıflatan bütün duygular dirence girer. Yönetici zayıflığa direnmeye, güce yönelmeye ve ses çıkarmadan nefes almaya davet eder. Kişiyi zayıf kılan her şey, kesintiyi iyileştirmek yerine tekrarlar yalnızca. Kimi zaman grup yöneticisi güven vermek ve hareketlerini usulca

desteklemek için elini “çocuğun” kürek kemikleri arasına koyar. Bazen, onurlandırmaya tam olarak hazır olunmadığında süreci keser. Ya da örneğin “çocuk” ebeveynine kötü bir şey yaptığı ve onlara bunu tamir etmeyi borçlu olduğunda eğilmenin ardından başka bir şey yapılmaksızın sürece son verir.

Bir aile dizimi sırasında eğilme ve yönelim katılımcılardan istenemeyecek kadar büyük talepler olduğunda kişinin temsilcisi dizim sırasında onu bu noktada da temsil eder ve gerekeni onun için söyleyip yapar. Bu kimi zaman, kişinin bunları kendisinin yapmasından daha bile etkili olabilir.

Ebeveynin ötesine yönelim

Ebeveynimize yönelim ve onların önünde eğilmek bu hareketler aynı anda onların da ötesine yöneldiğinde başarıya ulaşır. Bu olduğunda da onları, kendi kökenimiz ve sonuçlarının isteği ile alınyazımızın en derin edimi olarak deneyimleriz. Yönelim ve eğilmeyi bu bütün anlamıyla başaran, çocuk olarak da onur ve değerle ebeveyninin yanında, ne daha aşağıda ne daha yukarıda, adeta onlarla aynı hizada durabilir.

2. GÜN

İntikam olarak kurban rolü

HARTMUT Dün arada ettiğin sözlerden biri olarak “Sadakat yaşamı bozar” dedin.

HELLINGER Hatırlayamıyorum. Burada söylenen bir cümlenin zamansız bir şekilde genelleştirilmesinin önüne geçmek için bir şey daha söyleyeyim sana: “Uygulama teoriyi bozar.” Grupta gülüşmeler.

HARTMUT Şaka yapacak durumda değilim. Çünkü benim için gün, ilk karımın şantaja yatkınlığı ya da intihar tehdidiyle şantaj yaptığı konusuna değinmem üzerine senin söylediğinle sona ermişti. Bizim işimizde “iyi” ve “kötü” söz konusu olduğunda durum çoğunlukla sanılanın tersidir demiş, kendisini öldürmesi gerekenin belki de ben olduğumu söylemiştin. Bu düşünce önce kabul edilemeyecek kadar yeniydi. Bu konuda düşündüm ve bir sonuca vardım. Bilinçli olarak hiçbir zaman intihar düşüncesiyle oynamadım. Tersine, başkalarında bunu her zaman çok sarsıcı buldum.

HELLINGER Bu arada bu, seni sarsmasıyla aynı şeydir.

HARTMUT Bu açık. Ama ilk eşimden ayrıldıktan sonra üç yıl boyunca korkunç intihar rüyaları gördüğümü, bu rüyalarda kendimi her yolu deneyerek öldürdüğümü ancak her şeyin rüyalarda kaldığını, asla bütünüyle kabul etmediğimi fark ettim. Çok yakın bir ilişkim olan ikinci kızım her zaman bu rüyalara giriyordu.

HELLINGER Her halükarda konuya temas ettin. Artık buna gören gözlerle bakabilirsin. Aile diziminde senin kurban rolüne seçildiğin açıkça belli oluyordu. Katolikler arasında teoloji okumak -sen Katolik misin Protestan mı?..

HARTMUT Protestan ama kayıtsız şartsız değil.

HELLINGER Bu Katoliklerde Protestanlarda olduğundan daha belirgindir. Teoloji okuyanlar çoğunlukla kurban olarak seçilmişlerdir, özellikle de

ardından görev de alacaklarsa. İncil'deki, ailenin iyiliği için kurban edilen çocukların güçlü anılarıdır bunlar.

HARTMUT İlk doğanın kurban edilmesi. Çözülmesi çok zor bir kurban tavrı benimsemiş olduğumu dün bütün açıklığıyla gördüm. Gördüğüm başka bir şey de yaşamımdaki olayları bu kurban rolünün arkasından yorumladığımdı.

HELLINGER Sana bir şey söylemek istiyorum: Kurban rolü intikamın en incelikli biçimidir.

Hartmut güler.

HELLINGER Evet. Güç savaşında kurbanlar kazanır. Başka bir şey var mı Hartmut?

HARTMUT Artık yeniden demlenmeye bırakabilirim bunu.

Söz

SOPHIE Bir de şunu söylemek istiyorum: Dün akşam kocamla konuştuğumda, ona burada neler yaşayıp hissettiğimi, bunun çok güzel bir konuşma olduğunu ve onun bana kocam olduğunu düşünmem gerektiğini söylediğini aktardım.

Denge

BRIGITTE Dün akşam neredeyse kendi atölye çalışmamın yedi gününe bedel olabilecek kadar bitkin düştüm.

HELLINGER Bu yalnızca izlemek istemekten kaynaklanıyor.

BRIGITTE Beni protesto etmek için başka bir şehre taşınan, yüksek öğrenime başlamayan, benim dört çocuğum varken beş çocuk isteyen, sonunda psikoloji eğitimi gören ama şimdi de meslek edinmeyen büyük kızımı düşündüm durmadan. Kızlarım arasında bir türlü anlaşamadığım bir o var.

HELLINGER Burada çalışma yapmak istemediğin için yapabileceğimiz bir şey de yok. -Şimdi intikamımı aldım işte.

BRIGITTE Evet, adice. Elbette çalışacağım bunun üzerinde.

HELLINGER Öyle mi? Burada mı?

BRIGITTE Evet.

HELLINGER Ama ben bunu daha sonra yapacağım.

Şaşırtıcı yatışma

GERTRUD Uzun zamandır ilk kez dün gece elim uyuşmadı. Ama yine de adamı sevgiyle düşünebildim. Bu sabah gece boyu uyanmadığımı hayretle fark ettim.

Barışçıl

ROBERT Ben iyiyim, çok iyi. Küçük Adelheid'ı yanımda hissediyorum. Harika bir duygu bu. Karım karşısında da daha barışçıl olacağımı hissediyorum. Ölmüş küçük Adelheid ile karıma karşı beslediğim duygular arasındaki bu bağlantı bana çılgınca geliyor.

HELLINGER Mantık, ruh ya da gerçeklikten farklı yasalar izler. Neyin gerçek olduğunu etkisinde görürsün.

ROBERT Bu etki, tesir şaşırtıcı ama bence iyi.

HELLINGER Ama sana bir uyarıcı hikâye daha anlatayım.

Bir vakitler Köln'de güzel bir zaman yaşanmış. Biliyor musun bunu? İnsanlar akşam yataklarına yatarlarmış, sabahları işler yapılmış olurmuş. Bu böyle sürmüş gitmiş, ta ki biri çıkıp bu işin nasıl olduğunu merak edene dek…

Çifte aktarım iz üstünde

CLAUDIA Bende biraz iç soruşturma başladı. Dün rahatça kocamın hayatını elimden geldiği kadar zorlaştırdığımı söyleyebilirken şimdi onu suçlamaya başladım; ama o da şunu şunu yaptı vb. Böylece sürtüşmeler yeniden yüzeye çıktı.

HELLINGER Buna sürecin uzatılması denir.

CLAUDIA Dün bunu fark etmedim. Otoyolda trafik tıkandı bugün, tepemi attırdı. Ve aklıma babamın ablaları geldi, halalarım. Büyükbabama çok öfkeliydiler. Büyükbabam beceriksiz işletmeciliği yüzünden evlenmelerine engel olmuştu. Çiftlikte çalışmaya devam etmek zorunda kalmış, evlenememişlerdi. Çok zengin bir aileyi çok yoksul bir aile haline getirmişti.

HELLINGER Bunlar, haklarını, tamamen masum olmasına karşın kocana açtığın savaşta korumaya çalıştığın kadınlar.

Dizim: Düzene sokulan bir çifte aktarım

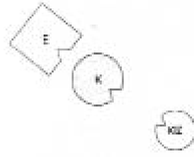
LAURA Çılgınlar gibi öfkeliyim ve neden, bilmiyorum.

HELLINGER Öfkeli mi? Şöyle gerçekten çileden mi çıkmış?

LAURA Evet, öyle. Gülüyor musun?

HELLINGER Ne yapayım? Ağlayayım mı? -Pekâlâ, aileni bir dizelim bakalım.

1. Resim



E Erkek

K Kadın (=Laura)

Kız Kız çocuk

HELLINGER Bu dizim sistemik bir kilitlenme gösteriyor. Çünkü en uç fantezilerde bile erkekle kadın arasında böyle bir ilişki hayal edilemez.

Laura'ya Aklına bir şey geliyor mu?

LAURA Çoğu zaman sanki birisi bir şey saklıyormuş gibi bir duyguya kapıldım. Bir sırrın peşindeyim fakat sorduğum her soru büyük bir hoşnutsuzlukla karşılanıyor. Ama annemin bir şeyler sakladığına dair lanet bir kuşku var içimde.

HELLINGER O halde kilitlenme onun ailesinden geliyor.

LAURA Annemin babasının yedi çocuğu var, bir alay kız. Ona bu kadarı yetmemiş. Bir oğul istiyormuş. Bütün kızlarının evlenmeden çocuk yapmalarına büyük önem vermiş. Aralarından birinin, kendi adını devam ettirecek bir oğul dünyaya getireceğini umuyormuş. Bütün kızları da onun düşündüğü gibi hareket etmiş, annem hariç. Annem evlenmiş ve sadece onun oğulları olmuş. Diğer hepsinin kızları var.

HELLINGER Bu durumda dizimde kocan kimi temsil etmek zorunda? - Büyükbabayı. Eğer bu doğruysa kocana hayli borçlusun.

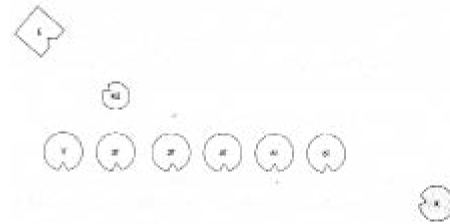
Gruba "Çifte aktarım dinamiği" konusunda bir kez daha bir şey söylemek istiyorum. Burada kendime ilk sorduğum, kızların büyükbabaya karşı duygularının ne olmuş olduğu? -Öfkeliydiler, haklı olarak öfkeli. Peki bu öfke duygularından kim nasibini aldı?

LAURA Ayrıldığım kocam.

HELLINGER Doğru. Bu kızların duygularını üstleniyorsun. Bu, teyzelerinden sana öznenin aktarımı. Ancak öfke büyükbabanı bulacağına ayrıldığın kocanı buluyor. Bu da büyükbabadan kocana nesnenin aktarımı. Dolayısıyla kocana çok şey borçlusun. Kişi kendini haklı, gerçekten haklı hissettiğinde, senin az önce olduğun gibi, çoğu zaman bunun altında bir çifte aktarım vardır. Kendi hakkın söz konusu olduğunda, başka birisinin hakkına kıyasla öylesine baş koymazsın yoluna.

HELLINGER Şimdi seninle bir alıştırma yapacağım. Bütün teyzelerini ve kendini diz.

2. Resim



1T 1. teyze vb

HELLINGER Laura’ya Şimdi her bir teyzene dostça bak ve küçük bir kız sevdiği teyzesiyle nasıl konuşursa o şekilde “Sevgili teyze” de.

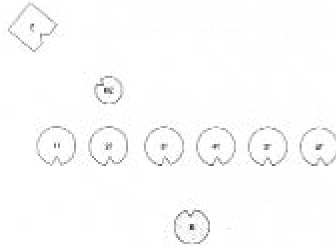
LAURA Buna pek hazır değilim.

HELLINGER Olana dek tekrarla o zaman.

Laura daha iyi bir şekilde söyleyene kadar tekrarlar.

HELLINGER Şimdi teyzelerinin önünde diz çök, yerlere kadar eğil. Yukarı doğru açtığın ellerinle kollarını öne uzat ve “Sizi onurlandırıyorum” de.

3. Resim



LAURA Sizi onurlandırıyorum

HELLINGER “Sevgili teyzelerim, sizi onurlandırıyorum.”

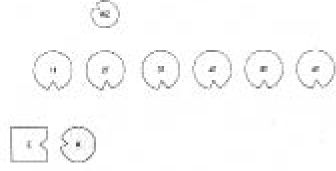
LAURA Sevgili teyzelerim, sizi onurlandırıyorum.

HELLINGER Bir süre sonra Şimdi ayağa kalk, teyzelerinin yanına geç ve her birine “Sevgili teyze” de.

LAURA Sevgili teyze, sevgili teyze…

Laura çok heyecanlıdır. Sevgisi, acısı, acıması ancak şimdi serbestçe akmaktadır. Hellinger erkeği de yeniden onun görüş alanına iter.

4. Resim



Laura kocasına gider, boynuna sarılır ve hıçkırıklar içinde “Bağışla beni lütfen!” der.

HELLINGER Yalnızca “Üzgünüm” de. Daha fazlası değil. “Üzgünüm.”

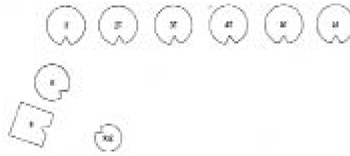
LAURA Üzgünüm.

HELLINGER “Bilmiyordum” de.

LAURA Bilmiyordum.

HELLINGER Yatışan Laura’ya Şimdi kocanın yanına geç, kızınızı da buraya al.

5. Resim



HELLINGER Şimdi nasılsınız?

Hepsi iyidir.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Gruba Süreci daha yakından açıklamak istiyorum. Bir çifte aktarımda kişinin kendisi olmaktan çıktığı gözlemlenir. Başka birisiyle özdeşleşmiştir. Özdeşleşme, kişinin kendisine yabancılaşarak o insan gibi olması anlamına gelir. Özdeşleştiği insan, kişinin muhatabı değildir artık; onun gibi hisseder. Bu nedenle öncelikle teyzeleri muhatap olarak oyuna katmak gerekiyordu. Onlarla özdeşleşme, özellikle de Laura onlara “Sizi onurlandırıyorum”

dediğinde artık sürdürülemez oldu. Teyzeler yeniden teyzeleri oldu, kendisi ise yalnızca kendisi, başkaca kimse değil. Teyzeler yeniden yetişkin hale geldi; kendi onurlarından, değerlerinden, haklarından kendileri sorumluydular. Laura ise yeniden küçük bir çocuk oldu ve teyzelerini çocukken sevdiği gibi sevebildi.

TEYZELERDEN BİRİNİN TEMSİLCİSİ Teyze olarak benim için onurlandırmanın ne kadar iyi geldiğini hissetmek önemliydi.

HELLINGER Teyzelerinin taşıdıkları değerle orada durmalarının ne kadar güzel olduğunu gördük. Bu olmaksızın yürümezdi. Sevgiden önce gelen onurlandırma, değer verme olmaksızın olamazdı. Bir çocuk da ebeveynine geri gittiğinde çoğu zaman, örneğin onlara karşı bir haksızlık yaptığı ya da onları küçümsediğinde önce onları onurlandırmak zorundadır. Ancak bu olursa bir karşılaşma olabilir. Aksi takdirde bir şey atlanmış olur ve karşılaşma güçten yoksun kalır.

Eşler arasında yaşanan ciddi zorlukların çoğu çifte aktarıma dayanır. Özdeşleşme görülüp çözülmedikçe buna yaklaşmak için gösterilen bütün çabalar sonuçsuz kalır. Ancak bundan sonra yeni ve iyi bir ilişki olacaktır. Özdeşleşmede kişi yabancı bir alemde yaşar, karşınızdaki o değildir. Kendisi değil, başka birisidir. Ve karşısında eşini değil, eşinin varlığında başka bir insanı görür. Her şey çarpılmıştır.

LAURA Ağzım açık kaldı! Hayatımda ilk kez birisi elini koymaksızın sırtımın ısındığını hissediyorum. Böyle bir şeyi hiç yaşamamıştım.

KOCANIN TEMSİLCİSİ Bana, “Üzgünüm, bilmiyorum” demesi dokundu.

Bağışlamanın kötülüğü

HELLINGER Laura’ya “Lütfen beni bağışla!” demene engel oldum. Çünkü bu kötüdür. Bağışlanma dilenmemeli. İnsanın bağışlamaya hakkı yoktur. Kimsenin bağışlamaya hakkı yoktur. Birisi benden özür dilediğinde suçunun sorumluluğunu üzerime atmış olur. Günah çıkardığında da aynı şey olur. Davranışının sonuçlarını başkasının üzerine atar böylece. Kimileri psikoterapiste günah çıkarır. Terapist buna izin verdiğinde günahı çıkarılan davranışı üstlenmiş olur. Ama “Bilmek istemiyorum” derse kendini koruyabilir. Bağışlamada her zaman yukarıdan aşağıya bir seviye farkı vardır. Ve bu seviye farkı eşit bir ilişkiye engel olur. Ama “Üzgünüm” dediğinde karşındakinin muhatabısındır. Onurunu ve değerini sen taşırsın. O zaman da karşındaki sana, bağışlamasını dilemene kıyasla çok daha fazla yaklaşabilir.

LAURA Bunu hissedebildim. Aradaki fark muazzamdı. Doğru söz buydu.

HELLINGER Acın kocanı onurlandırır ve bu yeterlidir.

Çocuk açısından sonuçlar

LAURA Ertesi gün Bugün büyük bir coşkuyla kendimi ne kadar iyi hissettiğimi söylemek istedim aslında. On dakika boyunca da böyleydi. Ama şimdi karşı karşıya olduğum bir şey nedeniyle öğüdüne ihtiyacım var. Evlendikten sonra kocamı onun ailesine doğru izlemedim. O bizim aileye iç güveyi geldi. Boşandıktan sonra yeniden kızlık soyadımı aldım, kızıma da aynı adı verdim. Kocamın ana babası boşanmamıza çok fazla karıştı. Birbirimize girdik. Bunun üzerine kızımın onlarla görüşmesini reddettim. Şimdi bunun büyük bir aptallık olduğuna dair kötü bir duygu var içimde.

HELLINGER Evet, öyle. Ama düzeltilebilir.

LAURA Bu konuda bir şey daha söylemeliyim. Son altı aydır kızımın kocamla da bir ilişkisi kalmadı, çünkü bir taciz olayı olmuştu ve kızımın onunla görüşmesine izin verecek kadar güven duyamıyorum hâlâ. Ama şimdi kızımın büyük ana babasına gitmesi, babasıyla birlikte onun ebeveynine gitmesi gerektiği duygusunu taşıyorum. Daha dün birisi çıkıp da bana böyle bir şey söylese gülerdim. Ama kocama güvenemiyorum. Zaten çocuğumu kurban ettiğim gibi bir duygum vardı. Bunun ne demek olduğunu biliyorum -ailemizde sevilen bir oyundur- ve böyle yapmak istemedim. Ama kızımı zamanında koruduğumu söyleyen o kesin duygu yok artık içimde. “Kızını al ve onunla ana babana git, kızımız oraya da ait” diyecek kadar da güven duymuyorum.

HELLINGER Taciz konusunda kızına “Bunu benim için yaptın” demek zorundasın.

LAURA Bunu onun karşısında söylemem mi gerek?

HELLINGER Evet. Ona “Benim için bir şey yaptın, şimdi bu artık düzene girebilir” demek zorundasın. “Çocuklar her zaman masumdur” diyebilirsin ona. Ardından bunun sorumluluğunu kocanla birlikte üstlenirsin. Ve çocuk özgür olur, bir anda. (Olasılıkla burada kızlarını büyükbaba ve onun planlarına savunmasızca terk eden büyükanne ile bir özdeşleşme de etkilidir.)

Dizim: İkisi de çocukken ölen sakat erkek kardeş ve varlığı gizlenen üvey erkek kardeş

UTE Bana mezardan söz ettiğinden beri açıklık kazanıyor: Benim ölümle bağlarım çok yönlü ve güçlü…

HELLINGER Bunu bilmek istemiyorum.

UTE Bu konuda daha fazla konuşmak istememiştim zaten. Yalnızca, aklıma daha önce hiç düşünmediğim bir fikir geldi, dün oluştu bu kafamda. Ağabeyimden başka bir de babamın evlilik dışı çocuğu olan bir üvey kardeşim vardı. Ağabeyim ben altı aylıkken ölmüş. Ağır beyin özürlüymüş. Ama babamın o da oğlan olan ve erken ölen evlilik dışı çocuğunu hiç düşünmemiştim. Sen başkalarını ele alırken ilk kez geldi aklıma.

HELLINGER Bu üvey kardeş en büyük çocuk mu?

UTE Hayır. İkimizin arasında. Erkek kardeşim en büyük, sonra üvey kardeş geliyor, ardından da ben. En küçükleri benim.

HELLINGER Üvey kardeşin annesine ne olmuş?

UTE Hiçbir fikrim yok. Sonradan evlenmiş. Babamın sekreteriymiş. Bütün bildiğim, sonradan durumunun iyi olduğu. Bunu ancak babamın ölümünden sonra öğrendim.

HELLINGER Böyle bir durumda sistemik düzen, erkeğin ilk karısından ayrılarak çocuk sahibi olduğu kadınla evlenmek zorunda oluşudur. Düzen bu olurdu. Annenin önceliğini koruması ve erkeğin onunla kalması ile bu ikinci kadına karşı haksızlık yapılmış.

UTE Annem çocuğu almak istemiş.

HELLINGER Hayır, hayır, bu olmaz! Onun çocuk üzerinde hiçbir hakkı yok.

UTE Hayır, hakkı yok.

HELLINGER Önce köken aileni diz. Bir bakalım.

Ute köken ailesini dizmeye başlar.

HELLINGER Ebeveyninden biri daha önce evli ya da nişanlı mıydı?

UTE Evet, babam. Babamın bir ilk karısı varmış. Ben bütün bunları onun ölümünden sonra öğrendim.

HELLINGER Bu evlilikten çocukları olmuş mu?

UTE Hayır. Annemin de babamdan önce çok önemli bir ilişkisi varmış. Adam kendisinden 25 yaş büyükmüş.

HELLINGER Bu ikisi de gerek bize.

Annen ya da baban çocuğun zarar görmesinden ötürü kendisini ya da diğerini suçlamış mı?

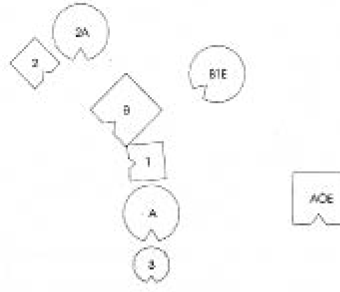
UTE Sanıyorum annem. Doğumdan önce ebenin verdiği ilaçları almış; sakinleşmeye ihtiyacı olduğu için galiba. Öyle sanıyorum ki bu ilaçlar yüzünden suçluluk duyuyordu.

HELLINGER Doktorlar ne diyor buna? Bu ilaçların beyin hasarına yol açması mümkün mü?

DOKTOR Doğum gecikmişse, evet.

UTE Çocuk içerde kalmış, olduğu gibi içerde kalmış. Annem bunu sonradan inkâr etti.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, erken ölen sakat oğul

2 Babanın çocuğu, erken ölen evlilik dışı oğul

3 Üçüncü çocuk, kız (=Ute)

2A İkinci çocuğun annesi

1K Babanın ilk karısı

AÖE Annenin önceki erkek arkadaşı

UTE Birden pek çok insan oldu ortalıkta, bense her zaman çok yalnızdım.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Kendimi hiç iyi hissetmiyorum. Kızgınım ama bir açmaz bu. Ne ileri gidebilirim sanki ne geri.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Korkunç. Çok kötü. Çok kötü.

HELLINGER Ölen en büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK İyi. İkisinin arasında kendimi geniş, ağır ve sıcak hissediyorum. Başka bir şeye ihtiyacım yok.

HELLINGER Evlilik dışı çocuğun annesi nasıl?

İKİNCİ ÇOCUĞUN ANNESİ Çocuğumla biraz yalnız bırakılmış. Çok sorumluluk.

HELLINGER Evlilik dışı olan ölmüş çocuk nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Çok üzgün. Gözlerim yaşarıyor. İyi değilim.

HELLINGER Babanın ilk karısı nasıl?

BABANIN İLK KARISI Tuhaf. Bir yandan hiçbir alıp vereceğim olmasın istiyorum, hiç. Öte yandan, olacaksa da bütün bu insanların büyükannesi olmak.

HELLINGER Annenin önceki erkek arkadaşı nasıl?

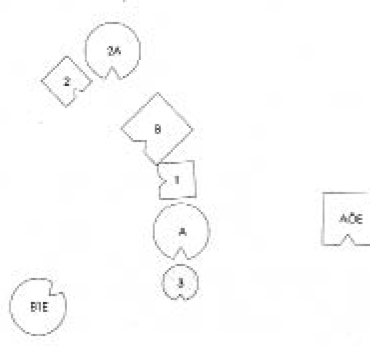
ANNENİN ÖNCEKİ ERKEK ARKADAŞI Burada, sağ tarafımda büyük bir sıcaklık var, sanki sevgiyle okşanıyormuş ya da ben okşuyormuşum gibi. O tarafta büyük bir çekim hissediyorum, aslında yalnızca o kadına karşı. Diğeri benim için herhangi bir anlam ifade etmiyor.

HELLINGER Ute'nin temsilcisine Kız nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Sanki bölünmüş gibiyim. Bir yanım, sağ tarafım, sıcak, arka taraftan da öyle. Diğer yanım buz gibi ve kendimi onun avucunda hissediyorum.

Hellinger babanın ilk karısını diğerinin karşısına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER Baba şimdi nasıl?

BABA Onun şimdi görüş alanım içinde olmasını daha iyi buluyorum. Arkamda olması hiç iyi değildi.

ANNE Burada hâlâ kötü ama öncekinden çok daha iyi.

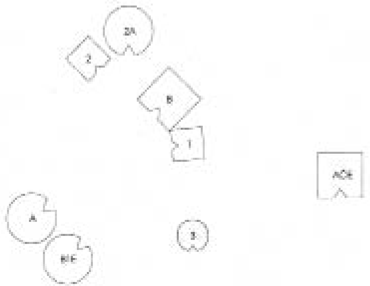
ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Bakışımı birisine çevirebildiğime seviniyorum.

HELLINGER İlk eş nasıl?

BABANIN İLK KARISI Arkada donuyordum, şu anda ısındı. Artık ilgilenmeye başladım. Arada ilişki var şimdi.

Hellinger anneyi babanın ilk karısının yanına yerleştirir.

3. Resim



BABA Daha iyi. Şimdi karım ilk kez benim için görünür hale geldi. Daha önce bu ne istiyor ki diye düşünüyordum. Ona karşı bir şey hissetmiyorum ama onun için de bir duygu yok içimde.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Daha fazla nefes alıyorum.

İLK ÇOCUK Benim için fark etmiyor.

Hellinger resmi değiştirir ve ölen en büyük oğlu sırtını onlara dayayacak şekilde ebeveyninin önüne, yere yerleştirir.

4. Resim

HELLINGER Bu en büyük oğul için nasıl?

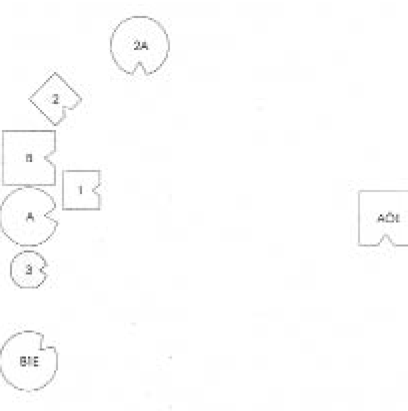
İLK ÇOCUK Uygun.

HELLINGER Anne için nasıl?

ANNE Üzülüyorum.

Hellinger ölen evlilik dışı oğlu baba, kız ve kızın annesi arasına yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Baba şimdi nasıl?

BABA Tuhaf. Evlilik dışı çocuğun burada, yanımda durması üzerimde daha ziyade baskı yaratıyor. Yerdeki oğul ile tamam. Kadınla aramda oğulla ilgilenme amacını güden bir ilişki var. Sempati var ona karşı içimde ama bu ilişkide yolunda olmayan bir şeyler olduğunu hissediyorum yine de. Ama bunun ne olduğunu bilmiyorum.

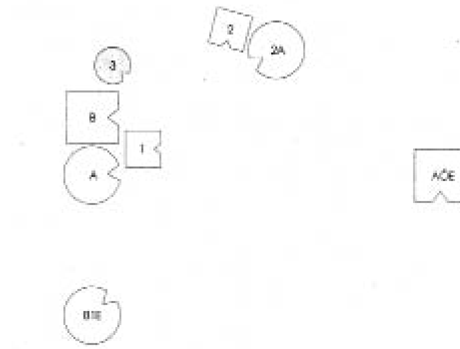
HELLINGER Sistemik açıdan ilişki bitmiş.

Ute’nin temsilcisine Kız nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK İyi değil.

Hellinger çözüm resmini değiştirir.

6. Resim



HELLINGER Kız burada nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Daha iyi.

ANNE Benim için de daha iyi.

HELLINGER Ölmüş evlilik dışı oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Yeniden burada, annenin yanında olduğuma seviniyorum. Orada, babanın yanında çok yalnızdım.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Bende o bölünmüşlük duygusu kayboldu.

HELLINGER Evlilik dışı çocuğun annesi nasıl?

İKİNCİ ÇOCUĞUN ANNESİ Çok iyi. Demin oğlum o kadar uzakta olduğu için üzgündüm. Ama şimdi daha iyi. Çok iyi böyle.

ANNE Bu beni üzüyor.

HELLINGER Babanın ilk karısı nasıl?

BABANIN İLK KARISI Bunlarla bir ilgim kalmadı artık.

HELLINGER Daha sonra yaşananların burada öyle bir ağırlığı var ki önceki ilişki artık hiçbir rol oynamıyor. Annenin önceki erkek arkadaşına Senin için bir önemi var mı?

ANNENİN ÖNCEKİ ERKEK ARKADAŞI Bedenim sıcak, arada bir o tarafa bakıyorum da ama artık bitti.

HELLINGER Ute’ye Kendi yerine geçmek ister misin?

Ute yerine geçer ve uzun süre herkesi gözden geçirir.

UTE Burada kendimi iyi hissetmemi sağlayan şey, sağ ve sol tarafımda ilişki içinde olmam. Erkekler arasında durmak da iyi geliyor. Ben annesinin çocuğuydum. Benimle ilgilenmektense annemin babamın yanında yer almasının ona çok daha iyi geleceğini sanıyorum. Benim inanılmaz bulduğum, beni temsil eden kişinin bu bölünmeyi hissetmiş olması. Gerçekten de çok kere bu bölünmeyi hissettim ben, pek çok kere. Ya tam ortamdan ayrılmış ve üstle alt arasında ya da gerçekten de baştan ayağa sol ve sağ tarafım arasında. Ve solumda bir de bu erkek kardeşimin olması yepyeni bir şey benim için. Bunu ilk kez görüyorum. Önceki gibi üzücü ama şu anda bu duygu o kadar da hakim değil üzerimde.

HELLINGER Artık huzur var.

Ute usulca baba ve iki erkek kardeşi okşar.

UTE Şimdi iyi.

HELLINGER Gruba Size bir öykü daha anlatayım. Adı:

Çokluk

Genç sordu yaşlıya:

“Nedir ömrünü neredeyse geride bırakmış seni

yaşamı önünde uzanan benden ayıran?”

Yanıtladı yaşlı:

“Ben daha çoktum.

Gerçi gelen yeni gün,

daha fazla görünür geçenden,

olmuş bitmiştir çünkü eskisi.

Ama gelen o olsa da

yeni gün ancak eskisinin olduğu kadarını olabilir,

ve o ne kadar çok idiyse o kadar da çoğunu.

Zamanında eskisinin olduğu gibi

o da başlangıçta dimdik tepe noktasına tırmanır,

sıcak, en sıcak olmadan göğün en tepe noktasına ulaşır.

Görünüşe göre de bir süre orada kalır,

ne kadar geç olursa o kadar artan ağırlığı

onu akşamın derinliklerine doğru çekene dek.

Ve bütün idiyse,

eskinin olduğu gibi,
bütünlenir.
Yine de geçmişte kalan,
bitmemiştir henüz.
Kalır,
çünkü olmuştur,
etkisini gösterir,
geçmişte kalsa da
ve ardından gelen yeniyle
çoğalır.
Gelip geçen, olup biten bir buluttan düşen
yuvarlak bir damla gibi,
kalana karışır, denize.
Düşlediğimiz ama deneyimlemediğimiz,
düşündüğümüz ama yapmadığımız,
seçimlerimizin bedeli olarak ödemek yerine
reddetmekle yetindiğimiz için asla hiçbir şey olamamış olan;
sadece bu, gelmiş geçmiştir;
hiçbir şey kalmaz ondan geriye.
Doğru zaman Tanrısı, işte bu yüzden

gencecik biri gibi görünür gözümüze,

önünde bukleleri,

ardında keli olan.

Önünde buklelerinden yakalarız onu,

arkasında boşluğu kavrar ellerimiz."

Sordu genç:

"Ne yapmalıyım,

senin olduğunun olması için benden?"

Yanıtladı yaşlı:

"Ol!"

HELLINGER Tamam mı Ute?

UTE Öykü bana önemli bir şey söyledi.

Sonuçsuz savaş

ULLA Ben iyiyim. Kök ailemin diziminden sonra farkındalığım arttı. Ama daha önce söylediğin bir şeyi henüz anlayamadım. Ailemi dizmeden önce, örnek aldığım kişinin babamın nişanlısı olmasına karşı kendimi savunmamın işe yaramayacağını söylemiştin. Bunu anlamadım ama resmi anladım.

HELLINGER Bu kadarı yeterli. Kimileri inkârın inkâr edileni ortadan kaldırdığını sanır. Bunu kastetmiştim.

ULLA Nişanlının görüş alanına girmesi ve yerini alması iyi geliyor insana.

HELLINGER Yakup diye birine ilişkin bir öykü vardır İncil’de. Yakup bir ırmak kıyısında gece boyu bir melekle kavga eder.

ULLA Cebrail ile değil mi?

HELLINGER Cebrail değil. Adı bilinmiyor. Aslında melek burada bir Tanrı tasviri.

Melek Yakup’a “Bırak beni!” der. Yakup da “Sen beni kutsayana dek bırakmam” diye karşılık verir. Ancak bundan sonra ayrılabilirler. Oldu mu?

Üstlenilen keder zayıflaştırıcıdır

ULLA Bir süredir köklü değişiklikler geçiriyorum ve bu kederi de beraberinde getiriyor. Yaşadığım farkındalığın ardından bugün çok daha fazla enerji ve güçle buraya gelmiştim. Ama Ute'nin, annesini canlandırdığım dizimi sırasında çok üzgündüm -durum da üzücüydü zaten- ve bunu hemen kendi kederim üzerinde çalışmada kullandım. Ama bu sırada enerjimi kaybettim. Şimdiyse yerine geldi.

HELLINGER Kişiye ait olmayan bir suçta olduğu gibi bu. İnsanın kendisine ait nedenli üzüntüsü onu güçlü kılar. Her zaman güç doludur. Yabancı bir üzüntü ise hiçbir şey getirmez. Birisi ağlarken onunla birlikte ağlayanlar zayıflaşır. Yalnızca gerçekten ağlayan bundan güç kazanır.

Bırakarak çözmek

FRANK Ute’nin diziminde babayı temsil etmek zorunda kaldığımda baş dönmesi yaşadım, gayet nahoştu. Bu duyguyu tanıyorum.

HELLINGER Bunu olduğu gibi temsil ettiğin kişide bırak. Bu çok önemlidir. Bu çalışmanın ilkelerinden biri de bir dizim sırasında temsilci olarak yaşananları kişinin kendisiyle ilintilendirmemesidir. Bir bağlantı olsa bile kendi ruhumuz için duyduğumuz endişe kendimizi buna bırakmayı yasaklar. Sadece eğer duygu kendiliğinden geliyorsa onu ele al ama bu bağlamda değil. Kendini bütünüyle dizimin dışında tutmak zorundasın, yoksa fantezi ve karmaşaya kapılarını açmış olursun. Önemli bir uyarı bu.

FRANK Yani sen, bunu bir yankılanma olarak yaşayacak olursam böyle bir şeyi çağırmamam gerektiğini söylüyorsun?

HELLINGER Hayır. Gerçi insana dair anlamlı her şey herkeste bir yankı uyandırır ve burada yaşanan her şey de her zaman insani olarak anlamlı. Ama bunu bir de kalkar özel bir biçimde kendine çekersen sünger gibi davranmaya başlarsın.

FRANK Güler. Çok teşekkürler.

HELLINGER Böyle yaptığını söylemek istemiyorum. Yalnızca uyarı olması yolunda bir örnek olarak veriyorum. Yaşantıyı kendine çekmemelisin. Sınır getirmek önemli.

FRANK Yine de beni bu bağlamda etkileyen, son yıllarda bir yere gittiğimde birden bir baş dönmesine yakalanmam. Bu öyle ani geliyor ki oturmam gerektiği duygusuna kapılıyorum. Bu da beni tedirgin ediyor, çünkü bedensel olmadığı kesin. Ne olduğunu bilmek isterim.

HELLINGER Benden öneri isteyecek olursan, benim bunu demlenmeye bırakacağım olurdu söyleyeceğim. “Bırakmak” konusunda bir cümle geldi aklıma. Ruha işlediği için yardımı dokunan bir cümle bu, belki senin durumunda da yardımı olur: “Bırakmak, değişerek gitmek demektir.”

Mutluluğun baskısı

FRANK Köken ailemin dünkü dizimi içsel olarak beni sürekli meşgul etti. Ama pek de bilinçli olarak eğilmedim konuya, çünkü biraz fazlaydı benim için. Ardından bana her şeyin sıkça biraz fazla geldiğinin, o zaman da sözgelimi kaçarcasına okuduğumu fark ettim.

HELLINGER Bu mutluluğun fazla gelmesi de olabilir.

FRANK Güler. Tabii o da olabilir. Bildiğim, böyle bir daire içinde otururken -burada bu sabah böyle olmadı- durmadan kaç kişi olduğunu saymam.

HELLINGER Bu iyidir. Mutluluktan çevirir dikkati. Sana bunun üzerine bir hikâye anlatayım.

Nasreddin diye biri rüya görüyormuş. Duymuş muydun ismini? Molla ya da öyle bir şeymiş. Rüyasında adamın birinin avucuna on altın saydığını görüyormuş. Ama dokuzuncuya gelince durmuş. "Onunu da isterim!" diye bağırmış yüksek sesle. Uyanmış. Sonra gözlerini yeniden kapatıp "Dokuz da yeter" demiş.

Başka bir şey var mı Frank?

Boşanma ve suç

FRANK Evet. Ute'nin diziminde onun babasını temsil ederken boşanma ve ayrılığın çocuklarımı nasıl etkilediğini bilemediğim geldi aklıma. Onlarla bu konuyu konuşmak güç geliyor.

HELLINGER Bu çocukları hiç ilgilendirmez.

FRANK Ama nasıl olduklarını öğrenmek isterim.

HELLINGER Bunu sorabilirsin ama boşanmanın onları nasıl etkilediği şeklinde değil. Bu konuda onlarla konuşmana gerek yok. Boşanma bir ebeveyn konusudur. Bundan ötürü de ana babanın boşanmayı çocuklar önünde haklı çıkarmasına gerek yoktur.

Ancak burada önem taşıyan bir husus daha var. Her boşanmada suç da vardır, suçtan başka bir şey olarak yaşanması mümkün değildir. Çocuklara iyi olup olmadıklarını sorar ve içinden onların evet karşılığını beklersen çocukların sorumlu olmadığı bir şeyin yükünden kurtulmak istiyorsundur. Bu olmaz.

FRANK Niyetim de bu değil zaten. Ama beni hâlâ tedirgin eden bir şey var, ne, bilmiyorum.

Düşüncesizce gerçekleştirilen bir ayrılmanın kefaretini çocuklar öder

HELLINGER Boşanmalarda dikkat edilmesi gereken bir şey daha var. Eşlerden biri “Bunu kendimi gerçekleştirmek için yapıyorum, size ne olacağı sizin işiniz, beni hiç ilgilendirmez” anlamında düşüncesizce ayrıldığında sıklıkla çocuklardan biri kendini öldürür. Düşüncesizce girişilen bir boşanma, kefaretini birisinin ödemek zorunda olduğu bir ana suç olarak yaşanır.

FRANK Düşüncesizliğinin kefaretini.

HELLINGER Düşüncesizliğinin kefaretini. Buna dikkat etmek gerekir. Eşe yönelip halledilmemiş olanın onunla iyi bir şekilde çözümlenmesiyle yük çocuğun sırtından alınır. Bu iyi bir şekilde çözümlemeye, taraflardan her birinin ilişkinin yürümemesinde kendine düşen sorumluluğu üstlenmesi ve çocukların da ebeveynin bu sorumluluğu üstlendiğini bilmesi girer. O zaman, kefaret ödenmesine gerek kalmaz.

FRANK Kefaret konusunu ve ne anlama geldiğini düşünmem lazım.

Kefaret yoluyla güdüselce denge sağlamak

HELLINGER Kefaret denge sağlamanın bir biçimidir, bilinçsiz bir biçimi. Seviye farklarının kendilerini her zaman dengeye getirmesine yönelik bir doğa yasası vardır. Bu yasa ruh üzerinde de etkilidir ve her zaman bir denge arar. Kefaret ödeme böyle bir çabadır ama güdüseldir. Çoğu zaman bireyler onu yönlendirmeksizin gerçekleşir. Ama bir de bu güdüsel bağlamdan çözülme ve dengeyi daha yüksek bir düzende sağlama vardır. Ben buna sevgi düzeni adını veriyorum. Bu, daha yüksek bir düzlemde yer alır. Kefaretin gereksiz bir hale geldiği bir dengeye yol açar. Bu nedenle ana baba, ilişkinin yürümemesi olgusunu, her biri bunun sonuçlarını ve kendi "suçunu" -suçu burada tırnak içinde kullanıyorum ve yalnızca ahlâki olarak kullanmıyorum- üstlenecek olursa çocukların kefaret itkisi de ortadan kalkar.

Gerçeğin inkârı olarak suç

Bu bağlamda suç, kişinin kabul etmek istememesi ve sanki bağlı değilmiş gibi hareket etmesi anlamında gerçeğin inkârıdır. Kişi bağlı olduğu halde serbest hareket ettiğinde bu gerçeğin inkârıdır. Çünkü bağ gerçek bir şeydir.

FRANK Bu daha önceleri benim için böyleydi. Bağlı olduğumu öfkeyle inkar ettiğimi biliyorum o zamanlar.

HELLINGER Bu belki içsel bir süreç olarak telafi edilebilir: Boşanılan eşle arada bir bağ olduğunu ve ikinci, ama farklı nitelikte bir bağın ancak bunun kabulü ile olabileceğini kabul ederek.

GERTRUD Boşanmada çocukların yaşları bir rol oynar mı?

HELLINGER Kuşkusuz. Henüz kendileriyle birlikte yaşamasına ya da küçük olmalarına kıyasla çocukların evden ayrılmış olması durumunda ebeveyn daha serbesttir. Bu çok açık.

THOMAS Atılan adımın düşüncesizce olduğuna kim karar verir?

HELLINGER Kimse karar veremez, çünkü bu yaşanır. Bunun olduğu yerde de düşüncesizce olup olmadığını herkes anında bilir. Senin durumunda düşüncesizlik işin içinde.

THOMAS Hayır.

Uzun bir sessizlik.

HELLINGER Pekâlâ, buna karar vermek benim görevim değil. Edindiğim resim bu. Hölderlin'in sevenler üzerine küçük bir şiiri var. Aslında sadece bir deyiş:

"Ayrılmak mı istedik? İyi ve akıllıca mı sandık bunu?

Peki ayrıldığımızda neden bir cinayetmiş gibi korktuk yaptığımızdan?

Ah, ne az tanıyoruz birbirimizi, çünkü içimizde hükmünü süren bir Tanrı.”

Bu deyişi nasıl almak istersek isteyelim, kastettiğim deneyimi içeriyor.

Sevgi edimiyle kurulan bağ

Sevgi edimiyle erkek ve kadın arasında gerçek bir bağ kurulur ve bu bağın etkisi, çocukların ebeveynlerine duydukları gerçek bağdan daha bile büyüktür. En güçlü bağ budur. Ana babadan ayrılık, bağlı olunan bir şeyden ayrılık kadar acı ve suç getirmez. Bunun böyle olduğu etkisine bakılarak görülüyor.

Çoğu insan bir ilişkiye, istediği gibi girip çıkabileceği bir koroya girer gibi giriyor. Ama bu olmaz. Bir kez ilişkiye giren artık bağlıdır ve acı olmaksızın, suç olmaksızın ilişkiden çıkamaz. Acının ve hissedilen suçun büyüklüğünden bağın ne kadar güçlü olmuş olduğunu ya da halen olduğunu görürsünüz.

Annenin etkisinde

IDA Bu çalışma bana çok dokundu ve erken ölen kardeşler konusu içimde bir şeyleri harekete geçirdi. Benim için kafa karıştırıcı birkaç şeyi açıklığa kavuşturmakla meşgulüm şimdi. Annem her zaman bizimle ilgilendi. Ailemiz için para kazandı. Onun kazandıklarıyla yaşadık biz. Bu nedenle de kadının erkeğin yaşamındaki rolüne ilişkin o kadar net resimler yok zihnimde.

HELLINGER Babana ne oldu?

IDA Babam kendi ailesine çok bağlıydı. Ya hep hapisteydi ya da hâlâ hapistedir.

HELLINGER Neden dolayı?

IDA Nedeni, babaannemin kız kardeşinin kocasından bir çocuk doğurması. Bu çocuk öldürüldü.

HELLINGER Kim tarafından?

IDA Muhtemelen annesi tarafından. Babaannem çocuğu dünyaya getirmiş ve kimilerine göre çocuk ölmüş, bir de öldürüldüğü söylentisi var. Babam da bu işe karışmış.

HELLINGER Bedel ödüyor. Ama senin, kadın ve erkeğin rollerine ilişkin sorunla ilgisi yok bunun. Senin için çözüm, babanı kendi ailesine çekilmeye bırakmak ve annenin yanında yer almak. Senin için daha güvenli olan yer orası. Bu yeterli.

IDA Evet. Dün net görüşler vardı kafamda, o kariyer kadınına ilişkin olarak da. Benim hakkımda hırslı olduğum söylendi.

HELLINGER Bu iyi. Anneni taklit ediyorsun.

IDA Evet, doğru. Bunu babamdan almadım.

HELLINGER Bazıları karşılarında böyle bir örnek olmasından mutlu olurdu.

IDA Evet. Yaşadığım karmaşa da buydu. Babamın etkisinde, ona bağlı olduğumu sanıyordum. Ama değil. Etkisinde olduğum, annem.

HELLINGER Bu iyi bir etki.

Ailede verme ve almanın farklı biçimleri

IDA Bir sorum daha var. Çocuklar ana babalarından alırlar. Sanki annemmiş gibi kız kardeşimden alırsam ne olur? Ebeveynimden geleni kabul etmek benim için doğal bir şey. Ama ya kız kardeşimden gelen?

HELLINGER Ana baba çocuklara ne iseler onu verirler ve buna ebeveyn ne bir şey katabilir ne de bundan bir şey çıkarabilir. Bu nedenle çocuklar ana babalarını yalnızca oldukları gibi alabilirler ve onlardan aldıklarına da bir şey ekleyip çıkaramazlar. Bu böyledir işte ve birisine elimdeki bir şeyi armağan etmemden çok farklı bir niteliği vardır. Birincisi bu. Herkes ana babasını bu şekilde almak zorundadır. Buna rıza gösterildiğinde kişi ana babasını alır ve kendi içinde bir bütün olur.

Ancak ana baba çocuklarına yaşamaları için bir şey daha verir: Yıllar boyu pek çok şekilde onlara bakar. Çocuklar bunu da alır. Bütün bunlar ana baba ve çocuklar arasında öyle bir seviye farkı oluşturur ki çocukların bunu dengelemesi ve düzeltmesi asla mümkün olmaz. Bu seviye farkının baskısıyla ana babalarından koparlar. Farkı kaldıramazlar. O nedenle seviye farkı çocukların ana babadan ayrılmalarına da yol açar. Çocuklar ondan sonra ana babalarından aldıklarını kendi çocuklarına ve giriştikleri toplumsal faaliyetlerle başkalarına verirler. İşte bu da dengedir.

Ebeveynin sadece kendisine ait olan bir şey daha vardır. Sözgelimi kişisel bir suç ya da babanın durumunda olduğu gibi kişisel bir kilitlenme veya kişisel bir başarı, liyakat. Çocuk bunu ana babasından alamaz ve almamalıdır, çünkü bu ona düşmez. Ne suçu alabilir çocuk ne de suçun sonuçlarını. Ama aynı şekilde ana babanın liyakatini de alamaz. Çocuk elbette bundan belirli yararlar sağlar ve ana babanın başarı hanesindekiler, onların çocuklara zaten verdiklerinin alanına girer. Ama çocuk, babası büyük bir ressam olduğu için kalkıp da kendisi iyi bir ressam değilken “Ben büyük bir ressamım” ya da babası siyasetçi idiyse “politikacıyım” diyemez. Çocuk burada sınırlarını çizmek zorundadır. Bu aynı zamanda ana babaya saygıdır bir tür. Ancak çocuk ana babasından aldığıyla yeni bir şey ortaya koyar, bu da onun liyakatidir. Ya da suçlu duruma düşer, bu da onun suçudur.

Aile aynı zamanda herkesin katıldığı, herkesin bir görevinin olduğu bir girişim olduğu için çocuklar ve ebeveyn arasında bir ortaklık vardır. Bundan ötürü çocuklar da ortaya çıkan gerek ölçüsünde aile içinde vermek zorundadır. Dolayısıyla ebeveyn bütünlüğün sağlanmasına katkıda bulunmasını çocuklardan talep edebilir. Bu açıdan kız kardeşin annenin olmadığı zamanlar sana bakma görevini ailede üstlenmiş. Ve sen ondan da alabilirsin, almak da zorundasın.

Ama ana baba çocuklara bunu aşan talepler dayattığında -sözgelimi çocukların kendilerini avutmalarını istediklerinde- çocuklar ebeveyn için ana baba haline gelirken ana baba da çocuklar için çocuk haline gelir. Bu, ana baba çocuk ilişkilerinde bir sapmadır. Çocuklar kendilerini ana babadan gelen bu şaşırtıcı talebe karşı koruyamaz. Bununla kilitlenirler ve ileride bundan ötürü kendilerini sözgelimi iyi durumda olmamak, başarısızlık ve yıkımla cezalandıracakları bir haddini bilmezlik işlemek zorunda kalırlar. Çocuk ancak yetişkin olduğunda ve içgörü kazandığında bu durumu ortadan kaldırabilir, örneğin psikoterapiyle. Bu senin için açık mı?

IDA Evet.

Sevilen yük

WILHELM Adım Wilhelm. Ida ile evliyim. Küçük bir kızımız var. Mühendisim. Bilgisayarlar için ölçüm aletleri üreten ortak bir şirketimiz var. Şu sıralar günde 12 ile 14 saat arası çalışıyorum ve bunu hiç istememekle birlikte böyle yapmamı gerektiren bir durumda olduğumu düşünüyorum. Kendi kendimin patronu olmama rağmen bu durumu da kendi haline bırakamam.

HELLINGER Öyle kolay değil. Doğruya içsel bir yönelim vardır ve eğer bu doğru ise kendine zarar vermeksizin bundan sapamazsın. Doğru karşısında kimse özgür değildir. Eğer bir şirkette sorumluluğun varsa, bu kendi şirketin bile olsa özgür değilsindir.

WILHELM Ama kendi işimi kurduğumda niyetim işimi bağımsızca yapmaktı.

HELLINGER Bu bir hataymış. Kendi işi olanlar daha özgür değildir. Şirket ve aile içinde ve kendine karşı yükümlülüklerin var. Soru, önemli alanları nasıl tartıp değerlendireceğin. Zor olan da bu…

WILHELM Uzun zamandır çok işim olmasından başka, ayrıntılar arasında dağılıp gidebileceğimi de düşünüyorum…

HELLINGER Şimdi beni çözüm yolunda engelledin. Tam sana çözümü söylemek isterken sorunu bir kez daha ortaya koydun. Senin problemle mutlu olduğunu görüyorum. Böyle bir mutluluğu bozamam.

Temsili kurban

WILHELM Biraz heyecanlıyım.

İçini çeker. Ağlamanın eşiğindedir.

HELLINGER Dostça bak.

Gruba Geri çekildi, fark ediyor musunuz? Kişi böyle bir duygu içindeyken önüne bakamıyorsa şimdiki zamanla hiçbir ilgisi olmayan bir şey hissetmektedir.

WILHELM Öyle.

HELLINGER Doğru. Bana baksaydın duygun anında değişirdi.

Gruba Bakmıyor, görüyor musunuz? Baktığında beni görmüyor. Bakacak olursa yaşadığı duyguyu ayakta tutamayacak.

WILHELM Seni görüyorum şimdi.

HELLINGER Hayır, hâlâ görmüyorsun.

WILHELM Görüyorum, görüyorum! Gözlerinin önündeki sis perdesini aralamak ister gibi bir hareket yapar.

HELLINGER Gruba Beni hâlâ görmüyor. Beni görmediğini görüyor musunuz? Hâlâ kafasındaki resmin içinde.

HELLINGER Wilhelm'e Yanında duran Ida beni görüyor, bu da görülüyor, ama sen beni görmüyorsun.

WILHELM Ben aslında bugün buraya çok keyifli geldim. Ama bu sabah grupta olanlar, Hartmut'un hikâyesi -dün beni o kadar fazla etkilememişti ama bugün edilen o "kurban" sözcüğü çok sarstı.

Uzun bir sessizlik olur.

HELLINGER Sen bir kurban mısın?

WILHELM Evet.

HELLINGER Kimin ya da neyin?

WILHELM Galiba öyle bir tekniğim var ki şeyleri kurban olacağım şekilde ayarlıyorum.

HELLINGER Kurban kefaret öder. Soru kefaretin kim için olduğudur, sistemde başka birisi için mi, yoksa insanın kendi suçu için mi. Sen hiç suçlu durumuna düştün mü? Senin yüzünden, örneğin bir trafik kazasında ölen oldu mu?

WILHELM Hayır. Ama babam evlilik dışı bir çocuk, büyükbabam ise bir tabu. Onu hiç tanımadım. Kısa bir süre önce onun bir ailesi de olduğunu ve bir amcamın, onun bir oğlunun kendini öldürdüğünü öğrendim.

HELLINGER Sisteminde bir karışıklık var. Buna bir bakalım.

Dizim: Baba evlilik dışı, babanın babası dışlanmış

WILHELM Kimi almam gerekiyor?

HELLINGER Baba, anne, çocuklar. Daha önce evli ya da nişanlı olan var mıydı ya da ölen bir çocuk?

WILHELM Hayır.

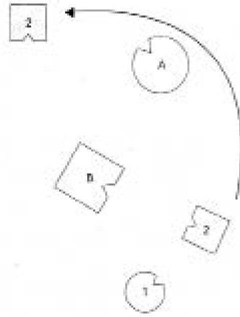
HELLINGER Başka bir eksik var mı?

WILHELM Dediğim gibi, babamın babası bir tabuydu.

HELLINGER O konuda bekleyelim bakalım. Önce çekirdek aileyi diziyoruz.

Wilhelm ailesini dizmeye başladığında kendisini temsil eden kişiyi önce babasının karşısına, sonra uzağa yerleştirir.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, oğul (=Wilhelm)

HELLINGER Annenle baban boşanmış mı?

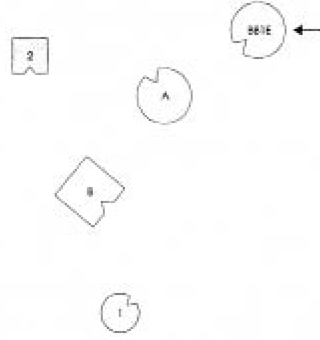
WILHELM Hayır, değil.

HELLINGER Annenin ailesinde neler olmuş? Özel bir şey var mı? Ölmüş birisi?

WILHELM Büyükbabanın ilk karısı ilk çocuğun doğumunda ölmüş, büyükbaba yeniden evlenmiş, ikinci karısından üç çocuğu daha olmuş, annem ve iki teyzem.

HELLINGER Büyükbabanın ilk karısı en önemli kişi. Onu hemen dizime katalım.

2. Resim



BB1E Büyükbabanın ilk eşi, doğum sırasında ölmüş.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Kendimi burada biraz yitik hissediyorum.

HELLINGER Gruba Bir aile bireyler birbirlerinden olabildiğince uzaklaştırılmaya çalışılarak diziliyorsa daha iyisi yapılamazdı.

Anne nasıl?

ANNE Başlangıçta kendimi ölü gibi hissettim.

HELLINGER Babanın ilk karısıyla özdeşleşme bu.

ANNE Bu tarafta kocayla bir parça ilinti var hâlâ aramda. Oğul önüme yerleştirildiğinde hiç değilse bir parça ilişki vardı.

HELLINGER Kız nasıl?

İLK ÇOCUK İyi değil, kötü de değil.

HELLINGER Wilhelm'in temsilcisine Oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Büyükbabanın ilk karısı ortaya çıkana dek kendimi çok az yaşıyormuş gibi hissettim, o kadar ki hâlâ hayatta mıyım, bilemeyecek kadar. Kimseyle hiçbir ilişki hissetmedim. İlk karısı geleli o tarafa doğru hafif, sıcak bir eksen var.

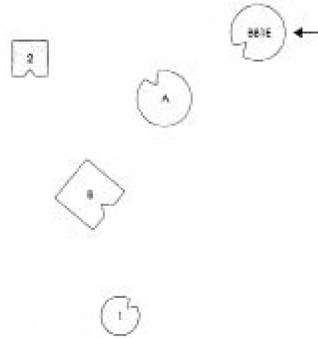
ANNENİN BABASININ İLK KARISI Kızgın olduğumu hissediyorum ve kadına saldırıyorum. Önemliyim.

BABA Başta, sistem oluşurken dudaklarım çok ısındı ve karıma gitmek istedim. Bu giderek kayboldu, şimdi hiç yok.

HELLINGER Wilhelm'e Şimdi babanın babasını da yerleştireceğim.

Hellinger resmi değiştirerek babanın babasını da ekler.

3. Resim



BB Babanın babası

BABA şimdi daha iyi. Daire şeklinde bir şey var artık.

HELLINGER Doğru.

Kıza Sende bir şey değişti mi?

İLK ÇOCUK Evet, daha güzel oldu.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Ölmüşken dirildim.

HELLINGER Wilhelm’in temsilcisine Sen nasılsın?

İKİNCİ ÇOCUK İyi.

ANNENİN BABASININ İLK KARISI Kadının sırtının çevrilmesini kabul etmeyeceğimi düşünmüştüm ama daha fazlasını hoş karşılamayacağım. Güler. Ben iyiyim. Bu kadın benim için önemli, geri kalanlar o kadar önemli değil.

HELLINGER Anne şimdi nasıl?

ANNE Öncekinden çok daha iyi ama hâlâ çok uzakta ve yalnız.

BABA Karımla aramdaki bu uzaklık iyi. Şimdi doğru yöne bakıyor olması önemli.

BABANIN BABASI Öndeki o ikisini seviyorum, oğlum ve torunumu. Solumdaki kız torunum ise güzel bir şey. Ama her şeyden önce oğluma ve erkek torunuma yöneliyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Babama şimdiki kadar yakın olmama gerek yok. Büyükbaba benim için çok önemli. O ortaya çıktığında birden nereye yöneleceğimi bildim.

HELLINGER Wilhelm’e İyi örnek o.

IDA (Wilhelm’in karısı) İşadamıydı.

HELLINGER İşadamı mıydı? Bir bu eksikti.

Grupta gülüşmeler.

4. Resim

BABA Daha önce daha sıcaktı. Şimdi kaşımda oğlum var ve bunu kabul etmek zorundayım. Bir de bir şey kaybettim.

İKİNCİ ÇOCUK Yine bir titreme geçirdim ve içimde bunun iyi olduğuna dair bir his var. Babanın yanında olmaktan çok daha iyi.

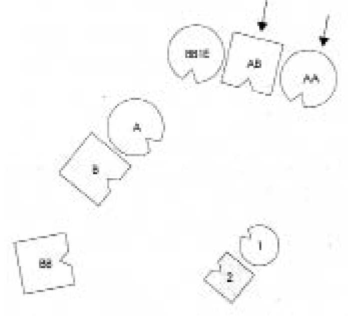
HELLINGER Wilhelm’e Ebeveynleşmişsin. Yani baban için onun babasını temsil ediyorsun. Bu nedenle konumlarınız birbiriyle değiştirilebilir haldeydi.

Anneye Sende şimdi bir değişiklik oldu mu?

ANNE Çocuklara artık bakabilir olmayı güzel buluyorum.

BABA Karımın bu kadar yakın olmasına alışamadım. Ama bunu böylece alabiliyorum.

5. Resim



AB Annenin babası

AA Anneanne

HELLINGER Temsilcilere Şimdi nasılsınız?

ANNE İyi.

BABA İyi. Bütün. Şimdi dengede. Artık yanımdaki kadını da iyi alabiliyorum. Daha önce bir rahatsızlık vardı.

İKİNCİ ÇOCUK Her iki ebeveyni birbirlerine bu kadar yakın görmek çok tuhaf. Durum bana kuşkulu görünüyor.

BABANIN BABASI Torunlarla aramdaki yolun açık olması ve oğlumu burada hissetmek, açık seçik algılamak benim için iyi. Kadınlar tarafı açıkçası beni hiç ilgilendirmiyor. O tarafa baktığımda korku duydum.

HELLINGER Wilhelm'e Yerine geçmek ister misin?

WILHELM Memnuniyetle.

HELLINGER Gruba Buradaki dinamik üzerine bir şey söylemek istiyorum. Bir kadın çocuk doğururken öldüğünde bu sistemde bedeli ödenmesi gereken bir cinayet gibi deneyimlenir. Daha sonra dünyaya gelen oğullardan birinin bu durumda ölmesine sık rastlanır. Burada bu Wilhelm olacaktı. Kurban olduğu duygusunun nedeni bu. Bu kadın onurlandırılmasa tehlikede olacaktı.

Wilhelm'e Anne tarafında yer almaktansa baba tarafında durman senin için daha güvenli. Babanın babası seni bu kötü kilitlenmeden çekip alıyor ve

güvenlik sağlıyor.

Pekâlâ, bu kadar.

Ebeveynleşme: Çocuk ebeveynin ebeveynini temsil ettiğinde

IDA Ebeveynleşme ile söylemek istediğin nedir? Sözcüğü doğru mu anladım?

HELLINGER Wilhelm'in babası kendi babasını özlüyor. Oğlu da babası için onun babasının yerini alıyor ve oğul olmak yerine ebeveyn rolünü üstleniyor. Buna ebeveynleşme denir. Wilhelm ile babası için olduğu gibi ana babadan biri ile ilişkinin mümkün olmadığı durumlarda sıklıkla görülür.

Doğum sırasında ölümün kefareti

FRANK Annesi ölürken doğan çocuğun onun için hiç mi önemi yok?

HELLINGER Hayır, burada yok. Diğeri, ölen kadın fazlasıyla önemli.

GEORG Çocuğun ölmesi hariç.

HELLINGER Çocuğun ölmesi hariç. Ama bu durumda bile ölen annesine kıyasla arka planda kalacaktır.

Wilhelm'e Çocuk ölmüş mü?

WILHELM Hayır. En büyük dayım o.

FRANK Wilhelm'e Ne durumda peki?

WILHELM İyi.

FRANK Benim için şaşırtıcı olan, onun değil başka birisinin kendisini kötü hissetmesi.

WILHELM Evet, çılgınca işler yaptı ama yine de iyi. Sağlığı da iyi.

HELLINGER Gruba Çılgınca şeyler yapmak kendisini hayati bir tehlikeye sokmak demektir elbette. Bu durumda böyle yaparlar. Wilhelm bunu bize gösterdi.

Böyle bir sistemde kocaların ve oğulların kadının ölümünün bedelini ödemesine yönelik büyük bir çekim oluşur. Bunun arkasında çılgınca bir fantezi vardır ve bu kadın düşmanı, kadını değersizleştiren bir fantezidir. Bizim kültürümüzde bu kadar yaygın olması insana tuhaf geliyor. Belki, olabilecek en büyük insani edim olmasına karşın üreme eyleminin bilincimizde neredeyse uygunsuz bir şeymiş gibi yer almasıyla ilintilidir. Bundan daha büyük, daha insani ve daha riskli hiçbir edim yoktur. Ana babalar bunu bilir. Riskin bilincindedirler ve edim bu risk karşısında yaşanır. Ebeveynin her ikisinin de gözü önündedir risk ve edimi bu kadar

büyük kılan budur. Kadının da gözü önündedir risk, ona rıza gösterir. Bunun ardından kötü olasılık gerçekleştiğinde durum kadın için erkek için olduğundan daha ciddidir, çünkü hayatını kaybeder. Ama şimdi bu kalkılıp da erkeğin güdüsel olduğu için kadını öldürdüğü, onu güdülerine kurban ettiği biçiminde yorumlanacak olursa, böyle bir yorum kadına karşı işlenen bir haksızlık, değerinin, onurunun ayaklar altına alınması olur -erkeğin değeri ile onurunun çiğnenmesi de cabası. Böyle bir durumda çok yaygın olan fantezi, kadının erkek tarafından öldürülmüş olduğudur. Ancak aile dizimleri sırasında, ölen kadınların, değerlerinin bütünüyle bilincinde oldukları her zaman açıktır. Erkeğe hiçbir suçlama yöneltmezler. Ölümü kendilerinde korku yarattığı için kadını onurlandırmayanları suçlarlar. Bu korku kendisini kuşaklar boyunca hissettirir ve kuşaklar boyunca da -çoğunlukla gayet tuhaf biçimlerde- bedeli ödenir.

Kurslardan birinde birisi köken ailesini dizmişti: Baba, anne ve üç erkek kardeş. Üç erkek kardeş çok tedirgindi, iyice heyecanlıydılar. Sonra aradık, aradık ve büyük büyükbabanın ilk karısının doğum sırasında öldüğünü ortaya çıkardık. Onu üç erkek kardeşin arkasına yerleştirdim. Birden hepsi bütünüyle sakinleşti. Üçü de eşcinseldi, biri kendisini öldürmüştü. Eşcinsellik alınyazısında etkili olan dinamiklerden birini de gösteriyor bu bize: Bir özdeşleşme için ortada bir kız çocuğu yoksa bu bir karşı cinsli özdeşleşmeye yol açar. Yani bir oğlan çocuk bir kadınla özdeşleşmek ve onu temsil etmek zorunda kalır. O zaman da eşcinsel olur. Doğum sırasında ölen bir kadının cezasını çekmek için sıklıkla sistemde başka birisi kendini öldürür, kimi zaman bir torun ya da torun çocuğudur bu.

Wilhelm’e Bu nedenle annen ve onun ailesinin etki alanından çıkıp babanın ve büyükbabanın, işadamının etki alanına girmek zorundasın. Orada annenin ailesindeki kilitlenmeden ve kurban olduğun, bir şeyin bedelini ödemek zorunda olduğun duygusundan kurtulursun.

WILHELM Büyükbabanın bir işi olduğunu çok sonraları öğrendim.

HELLINGER Benim bütün bildiğim, bir kilitlenmenin sözel aktarıma dayanmayıp nedenlerine ilişkin dolaysız bir bilgi olduğu. Eğer dolaysız bir bilgi olmasaydı onu sergilememiz mümkün olmazdı.

FRANK Benim sözüm ona suç üzerine bir sorum daha olacak. Sonradan gelenler bir yandan ölen kadınla ve bu kişinin sözde suçuyla özdeşleşiyor. Bu da iki kişi eder.

HELLINGER Bunu bir ya da iki kişiyle kesinleştirmek istemiyorum. Bir bütün olarak görüyorum. Sistemdeki fantezi, aslında büyükbabanın kendisini öldürmek zorunda olduğu. Ama bunu o yapmadığı için başka birisi yapıyor. Karısı doğururken ölen
adamda bu fantezi yok -o biliyor. Fantezi, sonradan gelenlerin.

Bunun arkasında bir varsayım daha var: Birisi yitirildi, denge için birisinin daha yitirilmesi gerekiyor. Bu ruhun derinliklerinde etkisini gösteren ilkel, zaman ötesi bir tasavvur. Bu arkaik denge gereksinimi, dengenin onun yerine bir sevgi düzeniyle gerçekleştirilmesi yoluyla aşılabilir. Yer açan insanlar bilinçli bir şekilde sayılıp onurlandırıldığında başka bir şey yapılmasına gerek kalmaz. Sözgelimi kefaret ödeme adına başka bir şey yapıldığı an saygı yok olur. Önemli olan yalnızca saygıdır. Başka her şey gereksizdir. Bu nedenle de herkes bunu hemen yerine getirebilir.

FRANK Yani yalnızca durumu tanımak, kabul etmek söz konusu?

HELLINGER Doğru.

KARL Bu daha önce benim de kendime sorduğum soru. Kurban olduğu duygusunu taşıyan kişinin bu saygıyı göstermesi yeterli. Başka birisini de bu saygıyı göstermeye çekmek zorunda değil.

HELLINGER Yaparsa bu onun için yeterli. Bu ilk kadının anneannesine ve böylelikle de kendi annesine yer açmış olduğunu da görüp tanımak, kabul etmek zorunda.

ANNE Felaketin ana tarafında mı baba tarafında mı yaşandığının herhangi bir önemi var mı?

HELLINGER Hayır, hiç yok. Arada hiçbir fark yok.

Gruba Size, anlamı hem kapalı hem açık bir masal anlatayım. Bizi, dileklerin yardımı olabilirmiş gibi bir yanılsamayla oyalayan, böylece belki

de arzuladığımız mutluluk yerine korktuğumuz mutsuzluğa, felakete sürükleyen eylemlere yönelten bir masal bu.

Yanılsamaların iş başında olduğu durumlarda, masalı, dileklerin burada da sınırları olduğu, haddini aşan eylemlerin başarısızlığa uğradığı şekilde gerçekçi bir biçimde anlatmanın yararı olur. O zaman gökten yere iner, haddimizi biliriz.

Yanılgı

Yaşlı bir kral ölüm döşeğine düşmüş. Ülkesinin geleceği için tasalandığından Johannes adındaki en sadık hizmetkârını çağırmış, bir sır vermiş ona ve “Oğlum sana emanet” demiş, “çünkü henüz deneyimsiz. Bana olduğun kadar ona da sadık ol.”

Sadık Johannes kendi gözüne pek bir önemli görünmüş -öyle ya, yalnızca bir hizmetkârmış. Aklına kötü bir şey gelmeksizin elini ant içmek için kaldırmış, “Sırrını koruyacağım ve yaşamıma bile mal olsa sana olduğum gibi oğluna da sadık kalacağım” demiş.

Kral ölmüş. Yası tutulurken sadık Johannes genç krala sarayı gezdirmiş, bütün odalarını açmış ona, ülkenin hazinelerini göstermiş. Ama bir kapının önünden geçip gitmiş. Kral onun da açılması için sabırsızlanınca Johannes önce uyarmış onu, babasının burayı yasakladığını söylemiş. Kral inatla kapıyı gerekirse kırmakla tehdit edince istemeden boyun eğmiş. Bu kapıyı da açmış ama hemen koşup kralın görmemesi için bir resmin önünde durmuş. Ama bu da bir işe yaramamış. Kral onu yana itmiş, resmi görmüş ve düşüp bayılmış. Çünkü Altın Çatı kralının kızının resmiymiş bu.

Kendine geldiğinde düşünceler içindeymiş. Aklı fikri nasıl edip de bu kadını karısı yapacağındaymış. Açıkça istemek tehlikeliymiş, çünkü duyduğu kadarıyla babası o ana dek bütün talipleri geri çevirmişmiş. Böylece sadık Johannes ile birlikte bir hileye başvurmuşlar.

Öğrendiklerine göre Altın Çatı kralının kızı altını her şeyden çok sevdiği için krallığın hazinesinden altın takılarla tabak çanağı aldıkları gibi gemiye yükleyip kralın kızının yaşadığı şehre doğru denize açılmışlar. Kente ulaştıklarında sadık Johannes bir parça altın almış, gizlice sarayın önünde satışa çıkarmış. Kralın kızı bunu duyup gelince gemilerinde daha nicesinin olduğunu söyleyerek kendisiyle birlikte gemiye gitmeye ikna etmiş. Orada tacir kılığına girmiş kral karşılamış kızı ve resimdekinden bile güzel bulmuş. Geminin içine götürüp altın hazineleri göstermiş.

Bu arada demir alınmış, yelkenler fora edilmiş, gemi yeniden denize açılmış. Kralın kızı bunu fark edip şaşırmış. Derken neler olduğunu anlamış ve gizlice beslediği dileği yerine geldiği için oyuna katılmış.

Her şeye bir bir baktıktan sonra dışarı bakmış, geminin karadan çoktan açıldığını görüp korkmuş gibi yapmış. Kral ise elini tutmuş ve "Korkmana gerek yok!" demiş, "Ben tacir değil kralım ve seni o kadar seviyorum ki karım olmanı istiyorum." Kız ona bakmış, içten bulmuş, altına gitmiş eli ve evet demiş.

Sadık Johannes ise dümenin başındaymış. Hilesi böylesine işe yaradığından hoşnut, bir ıslık tutturmuş ki üç karga gelmiş, direklerden birine konup aralarında konuşmaya başlamışlar.

Kargaların ilki, "Kral, kralın kızına sahip olmaktan çok uzak" demiş. Ülkesine döndüğünde karşısına ateş kızılı soylu bir beygir çıkacak, kral da saraya onunla gitmek için üzerine atlayacak. Ama beygir sırtında kralla dörtnala çekip gidecek, bir daha da gören olmayacak onları." "Meğer ki" demiş ikinci karga, "ondan önce biri varsın beygirin yanına, kuburluğundaki tüfeği kaptığı gibi vurup öldürsün hayvanı." Üçüncü karga, "Ama biri bilir de ele verirse onu, ayak parmaklarından diz kapaklarına kadar taş kesecek" demiş.

İkinci karga, "Bu ilki iyi sonuçlansa da kral kıza sahip sayılmaz" demiş. "Çünkü sarayına geldiğinde orada bir tören giysisi olacak, kral da onu sırtına geçirmek için içeri girecek. Ama giysi onu zift ve kükürt gibi iliklerine dek kavuracak." Üçüncü karga, "Meğer ki" demiş "ondan önce biri varsın giysiye, eldiveniyle tuttuğu gibi ateşe atsın." Üçüncü karga, "Ama biri bilir de ele verirse onu, diz kapaklarından yüreğine kadar taş kesecek" demiş.

Üçüncü karga, "Bu ikincisi de iyi sonuçlansa kral kıza hâlâ sahip sayılmaz" demiş. "Çünkü düğün dansı başladığında kraliçenin beti benzi atacak ve ölü gibi yere yığılacak. Ve biri hemen gidip korsesini açtığı gibi sağ göğsünü çıkararak ondan üç damla emip tükürmezse ölecek." İkinci karga, "Ama biri bilir de ele verirse onu, yüreğinden başının tepsine dek taş kesecek" demiş.

Bakmış ki sadık Johannes, iş ciddi. Yine de yeminine sadık kalarak, yaşamına bile mal olsa kral ve kraliçeyi kurtarmak için her şeyi yapmaya karar vermiş.

Karaya çıktıklarında her şey kargaların önceden söylediği gibi olmuş. Ateş kızılı bir beygir çıka gelmiş. Kral üzerine binmeden Johannes atlamış hayvanın sırtına, tüfeği alıp beygiri öldürmüş. Öteki hizmetkârlar, “Şunun da yaptığına bak!” demişler, “Kral, sarayına o güzel beygirin sırtında gitmek istiyordu, Johannes ise çekti vurdu onu. Bu cezasız bırakılmamalı!” Ama kral, “O benim sadık Johannes’im. Kim bilir yaptığı iş neye hizmet ediyordu” demiş.

Saraya girdiklerinde tören giysisi oracıkta duruyormuş. Kral gidip onu sırtına geçirmeden sadık Johannes eldivenli eliyle tuttuğu gibi ateşe atıvermiş. Öteki hizmetkârlar, “Şunun yaptığına bak!” demişler, “Kral güzel giysiyi düğününde giymek istiyordu, Johannes ise gözlerinin önünde alıp ateşe attı. Bu cezasız bırakılmamalı!” Ama kral, “O benim sadık Johannes’im. Kim bilir yaptığı iş neye hizmet ediyordu” demiş.

Sonra sıra düğün törenine gelmiş. Dans başladığında kraliçe sararmış ve ölü gibi serilmiş yere. Sadık Johannes hemen yanına seğirtmiş ve kral, deneyimsizmiş ya, cesaretini toplayıp bir şey yapmaya fırsat bulamadan kraliçenin korsesini açmış, sağ göğsünü çıkarıp üç damla kan emmiş, tükürmüş. Kraliçe gözlerini açtığında sağlığı da yerine gelmiş.

Kral utanca kapılmış. Hizmetkârlarının dedikodusunu, artık bu işin çok ileri gittiğini, bunu da cezasız bırakacak olursa itibarını tehlikeye atacağını konuştuklarını duyunca mahkemeyi toplamış ve sadık Johannes’i ölüme mahkûm etmiş. Sadık Johannes ise darağacına götürülürken kargaların sırrına ihanet edip etmemeyi düşünmekteymiş. Nasılsa ölecekmiş. Sırra ihanet etmese darağacında, etse taş kesilerek.

Kendi kendine, “Belki gerçek onları özgür kılar” deyip sonunda konuşmaya karar vermiş.

Celladın önüne geldiğinde diğer suçlular gibi onun da birkaç kelime etmesine izin vermişler. Halka, o kadar kötü görünen bir şeyi neden yaptığını anlatmış. Sözlerini bitirdiğinde de taş kesilerek düşüp ölmüş.

Halk acıyla haykırmış. Kral ve kraliçe ise saraya, odalarına çekilmişler. Orada kraliçe krala bakmış ve “Kargaları ben de işittim” demiş, “Ama taş kesilmekten korktuğum için hiçbir şey söylemedim.” Kral parmağını dudağına götürüp kulağına fısıldamış: “Onları ben de duydum!”

Hikâye burada bitmiyor. Çünkü kral taşa dönüşen Johannes’i gömmeye cesaret edemeyip taş bedenini sarayının önüne anıt olarak diktirmiş. Önünden geçtikçe içini çeker, “Ah, benim sadık Johannes’im!” dermiş. Ama çok geçmeden zihnini başka şeyler doldurur olmuş. Kraliçe hamileymiş. Bir yıl sonra krala ikiz doğurmuş, bir çift sevimli oğlan çocuğu.

Oğlanlar üç yaşına geldiğinde kral bütün huzurunu yitirmiş bir haldeymiş. Karısına, “Sadık Johannes’i yaşama döndürmek için bir şeyler yapmak zorundayız” demiş, “Ve başaracağız da eğer en sevgili varlığımızı kurban edersek.” Kraliçe çok korkmuş: “En sevgili varlığımız, çocuklarımız bizim!” “Evet” demiş kral.

Ertesi sabah kılıcını almış, çocuklarının kafasını uçurup canlanacağı umuduyla kanlarını sadık Johannes’in heykelinin üzerine akıtmış. Ama Johannes taş kalmış.

Kraliçe çığlık atmış: “Sonumuz geldi!” Odasına çekilmiş, eşyalarını toplamış, ülkesine dönmüş. Kral ise annesinin mezarına gidip uzun uzun ağlamış.

Masalı aktarıldığı biçimde okuyan, dikkatle okuyacak olursa içinde burada anlatılanların aynısını bulacaktır. Ama onda aynı zamanda asıl masalı da bulacaktır; kişi çıplak gerçeğinden korktuğunda korkutucu olanı güzel bir şeyle dayanılır kılan ve gökyüzünün boş olduğu korkusunu aldatıcı bir umutla gideren masalı.

Baba ve oğul

WOLFGANG Önerini aldım ve hemen dün akşam oğlumla konuştum. Hiç zor olmadı. Bana yalnızca "Psikolog olarak bunu kendin de bilebilirdin" dedi.

Bunun üzerine şöyle söyledim: "Bazen benim de bir itici güce ihtiyacım oluyor." Düşündü, "Belki yine de psikoloji okurum" dedi. Karım, bunun için iyi bir dereceyle mezun olması gerektiğini söyledi. Ben de "Eğer ilgi gösterirse iyi bir derece getirir" dedim.

HELLINGER Psikolojik açıdan iyi olmuş. Sana bu konuda bir örnek daha anlatayım. Bir toplantı sırasında gruptan birisi oğlunun kendisini saymadığını anlatıyordu. Ona, "Bunu kolayca çözebilirsin" dedim, "Tekrar aynı şekilde davrandığında, yumruğunu masaya vur ve 'Dinle oğlum, ben senin babanım, sen de benim oğlum' de." Akşam evine döndü -çok yakında bir yerde oturuyordu- ertesi gün gruba geri geldi ve "Oğlumla hiç yapmadığımız gibi bir konuşma yaptık. Yumruğumu masaya indirmeme gerek kalmadı" dedi. Ama içsel olarak değişmişti, böylece aralarında bir akım oluşabildi.

Tanınmayan büyükbaba

WOLFGANG Beni kavrayamadığım başka bir şey meşgul ediyor. Annem evlilik dışı bir çocuk. Bir seferinde ona babasının ne olduğunu sordum. Bana bu konuda hiçbir şey anlatmak istemedi. Sonra güçlükle “Erken öldü” dedi. Bu konuyu düşündüğümde, annemin, babasının sonradan evlendiğini, bu evlilikten olan en küçük oğlunun on sekiz yaşındayken savaşta öldüğünü söylediğini anımsıyorum.

HELLINGER Senin için önemli olan büyükbaba. Yüreğinde ona yer vermelisin.

WOLFGANG Elle tutulurluğu yok ki benim için.

HELLINGER Var. Bir zamanlar Konrad Lorenz (davranış araştırmacısı Konrad Lorenz) diye biri vardı. İsmini duymuş muydun? Uğursuz bir isim olan Stasi [3] adında bir köpeği vardı. Ama o zamanlar bu adın bir anlamı yoktu henüz. Köpek öldü, Lorenz onun yavrularının olmayışına üzüldü. Ama kendi kendine “Bir daha başıma aynı şey gelmeyecek” dedi. Ardından bir köpek daha edindi, adı Tito idi. Hemen yavrulattı onu, yavrusunun da yavrusu oldu. Bir gün bu köpek önünde oynarken Lorenz “Tıpkı Tito” diye düşündü. Sonra “Hayır, doğru değil” diye geçirdi içinden, “Bu Tito!”

WOLFGANG Bu benim için oldukça yüklü bir hikâye.

HELLINGER O kadar zor mu? Çocuk onları hiç görmemiş olsa bile ebeveynini her zaman tanır. Çocuk ebeveynidir ve büyük ebeveyni.

Anneyi onurlandırmak

WOLFGANG Sanıyorum, onurlandırmanın benim için ne kadar önemli olduğunu hissetmeye başladım. Babam açısından bunu oldukça iyi yapıyorum, yapabilmeye başladım. Ama annem açıcından yapamadığımı, ona karşı davranışımda bunun olmadığını görüyorum.

HELLINGER Gruba Şimdi bunu tasvir ederek durumu kendisi için zorlaştırdı. Bunun ne kadar zor olduğunu anlatmak yerine hemen harekete geçebilirdi.

Wolfgang'a Bu konuda yardımı dokunabilecek sihirli cümleyi birkaç kez söyledim. Hatırlıyor musun bu sihirli cümleyi?

Wolfgang başını iki yana sallar.

HELLINGER Senin için bir kez daha tekrarlayayım: 'Seni onurlandırıyorum.' Başarıya ulaşana dek bu cümleyi ele almaktan alıkoyacak hiçbir şey yok seni.

Ertelenen çaba

DAGMAR Adım Dagmar. Psikoterapistim, kendi ofisimde çalışıyorum. On yıldır Frank ile birlikteyim. Burada kendim için istediğim şey mesleki ve özel. Mesleki olarak şöyle; büyük bir heyecanla aile rekonstrüksiyonları [4] uyguluyorum. Ama bu yöntem çok yorucu ve saatler sürüyor. Kişinin kendini rahatça sınırlandırabileceği, az ve öz işleyen bir yöntem öğrenmenin iyi olacağını düşünüyorum. Bu noktada senden yararlanmayı umuyorum. Kişisel olarak bana gelince, unutulmaya, ihmal edilmeye gelmiyorum.

HELLINGER Bu yabancı bir duygu. Soru, bu duyguyu kimden ve kim için devraldığın.

DAGMAR Hemen dün, beş kuşak geriye giden, aile terapisi eğitimi için büyük bir sevgiyle çizdiğim soyağacımın başına oturdum ve daldım gittim. Şu ya da bu noktasına dikkatimi çevirdim ve aynı anda yine “Bu değil” diyen senin sesini işittim. Sesin çok katı ve kaldırıp atıcı geldi o anlarda kulağıma. Anneanneme çok bağlıyım ben. Evlenmeye ve iyi, güvence altındaki yaşam koşullarını bırakarak yoksul bir çiftlikte yaşayan bir adama gitmeye ancak on beş yılın ardından karar vermiş. Kocası kısa bir zaman sonra ölmüş, çiftliği anneannem yalnız başına işletmiş.

HELLINGER Anneanne daha önce evli miymiş?

DAGMAR Bilmiyorum.

HELLINGER Sendeki resim ne?

DAGMAR Zihnime gelen ilk resim, adamda, yani dedemde bir şeylerin doğru olmadığı, onun başka bir şeyin peşinde olduğu.

HELLINGER Benimki başka bir resim. Büyüklerine bakıyorum.

DAGMAR Onların anneannemi bırakmak istemediğini biliyorum.

HELLINGER Doğru.

DAGMAR Ona hayranmışlar.

HELLINGER Anneanne kime kızgın?

DAGMAR Kocasına kızgın olduğunu biliyorum. Ama sen onun büyüklerine mi kızgın olduğunu söylüyorsun?

HELLINGER Doğru.

DAGMAR Onlardan her zaman hayranlıkta söz ederdi. Kendisini son derece kabul görmüş, yani gerçekten istenilen bir insan gibi hissedermiş.

HELLINGER Belki de o adamla evlenmeyi hiç istemedi. Sonra da onu aldattı.

Dizim: Kız, babasının nişanlısıyla özdeşleşerek
onun duygularını üstlenir

DAGMAR Haddimi aşan bir rol üstlenip üstlenmediğimi görmek için ailemi dizmek isterdim. Bir rahatlama arıyorum.

HELLINGER Diz o halde.

DAGMAR Baba, anne ve büyük ebeveyni mi?

HELLINGER Hayır, baba, anne, çocuklar, bu kadarı yeterli. Ya da daha önceden evli ya da nişanlı olan var mıydı?

DAGMAR Babam nişanlıydı, ondan sonra bir kadınla daha ilişkisi olmuş.

HELLINGER İlişkiden çocukları olmuş mu?

DAGMAR Hayır.

HELLINGER Nişan neden bozulmuş?

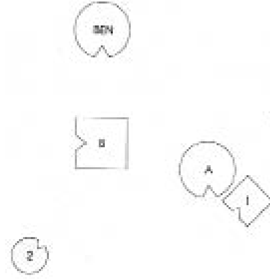
DAGMAR Nişanlısını istememiş babam.

HELLINGER Elbette onunla özdeşleşmişsin. Tüm diğerlerini unutabiliriz.

DAGMAR Bu şaşırtıcı benim için.

HELLINGER Nişanlıyı da dizelim.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğul

2 İkinci çocuk, kız (=Dagmar)

BEN Babanın eski nişanlısı

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Hiç iyi değil. Yerimden edilmiş gibi. Dagmar'ın beni daha önceki nişanlıma doğru istediğimden daha fazla çevirdiği gibi bir duygu içindeydim. Buna kuvvetle karşı durmak zorunda kaldım. Sağ ve sol tarafımda iki kişiyi göz ucuyla, çok belli belirsiz görüyorum. Sırtımda da sevimsiz bir şeyler var.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Kendimi rahatsız hissetmiyorum, ama adamla aramda hiçbir ortaklık hissetmiyorum. Yalnızca oğlumu ve kızımı görüyorum göz ucuyla. Ama yoğunlaştığım kişi öncelikle oğlum. Sırtımda hiçbir şey hissetmiyorum.

HELLINGER Oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Kaçışın eşiğindeyim. Anne ve oğul gülerler.

HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Kız nasıl?

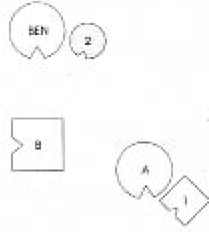
İKİNCİ ÇOCUK Kendimi oldukça kopuk hissediyorum; bir parça gözlemlendiğimi de.

HELLINGER Eski nişanlı nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Eski nişanlıma takılmış durumdayım.

HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Babanın eski nişanlısının sol tarafına geç.

2. Resim



HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Şimdi nasılsın?

İKİNCİ ÇOCUK Daha fazla aidiyet var.

HELLINGER Dagmar'a Bu özdeşleşme. Babanın onun hakkında konuşma biçiminin onda uyandırmış olduğu duyguları içinde canlandır. Bu duyguları sen ondan aldın.

DAGMAR Babam ondan pek az söz ederdi.

HELLINGER Az önce babanın onu artık istemediğini söylemiştin.

DAGMAR Ha, onu diyorsun. Evet! Doğru.

HELLINGER Kendini nasıl hissetmiş olmalı?

DAGMAR Babama kızgındı.

HELLINGER Doğru. Bir daha dikkate alınmadığın gibi duygulara kapıldığında nereden kaynaklandıklarını görürsün: Bunlar onun duyguları. Bu nedenle Frank ile yıllarca sürmüş tartışmalarınız boşunaydı. Dagmar güler. Yanlış adamı buldu.

BABA Nişanlıma doğru çekildiğimi hissediyorum. Onu artık istemediğim ya da sevmediğim doğru değil.

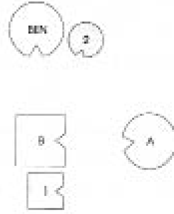
HELLINGER Anneye Kız eski nişanlının yanında dururken nasılsın? Daha mı iyi daha mı kötü?

ANNE Daha kötü. Onu özlüyorum.

HELLINGER Çünkü yüreğin anne yüreği.

Hellinger resmi değiştirir.

3. Resim



HELLINGER Şimdi nasıl?

ANNE Daha iyi.

BABA Bana iyi geldi.

İLK ÇOCUK Ben anne için üzülüyorum, çok yalnız.

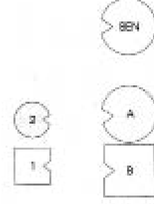
HELLINGER Eski nişanlıya Sende bu sırada bir değişiklik oldu mu?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Evet. Adamın benim için bir yüzü var artık, ona bakabiliyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Kendimi biraz uzakta hissediyorum ama yanımdaki nişanlıya çok güçlü bağlarla bağlı olduğumu fark ediyorum.

Hellinger çözüm resmini oluşturur.

4. Resim



HELLINGER Anneye Böyle nasıl?

ANNE İyi.

BABA Aile şimdi kendi içine kapandı. Zihnimden anında, nişanlı defteri şimdi kapandı işte düşüncesi geçti.

HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Yere bakar Buraya tam olarak ait hissetmiyorum kendimi. Gerçi buradayım ama bir şekilde yabancıyım.

HELLINGER Eski nişanlı nasıl?

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Ben iyiyim, özgür.

HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Şimdi seninle bir alıştırma yapacağım. Seni ilgilendirmediği, yalnızca Dagmar'ı temsil ettiğin için o kadar zor gelmeyecek sana. Annenin önünde diz çök, yerlere kadar eğil, ellerini yukarı doğru açarak kollarını uzat.

Temsilci annenin önünde eğilir.

HELLINGER Bir sürenin ardından temsilci yeniden doğrulmak istediğinde Henüz çok erken. Biraz daha öyle kal.

HELLINGER Anneye Neler oluyor sende? Bunun etkisi nasıl?

ANNE Biraz şöyle bir duygu: Onun önümde eğilmesini hak etmedim. Buna layık değilim.

HELLINGER Dagmar'ın temsilcisine Doğrul. Şimdi nasılsın?

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi.

Anneye gülümser, anne de ona gülümseyerek karşılık verir.

HELLINGER Dagmar'a Senin bundan sonra atman gereken adım, o ne hissederse hissetsin anneye yönelmek. Bu, nişanlıyla özdeşleşmeni çözer. Anne kendisini buna değer hissetmiyor, çünkü kocası ve onun eski nişanlısı arasında duruyor. Yine de çocuk için onun önünde eğilmek doğru bir hareket. Bununla anneye "Seni onurlandırıyorum" demiş oluyor.

BABANIN ESKİ NİŞANLISI Bu benim için de önemliydi.

HELLINGER Seni daha özgür kılıyor.

Dagmar'a Kendi yerini almak ister misin?

Dagmar yerine geçer ve yere bakar.

DAGMAR Eğilme bana çok dokundu. Ama o bunu almıyor.

HELLINGER Böyle bir şey söylemedi.

DAGMAR Layık olmadığını söyledi.

HELLINGER Bunu söylemeye hakkı var.

Gruba Eğilmenin etkisi karşısındakinin ne söylediğine bağlı değildir. Aile terapisinde çözüm asla başkasına bağlı değildir. Kimsenin olduğundan başka olmasına gerek yoktur. Ebeveynin başka olmasına gerek yoktur, ne de kimsenin özür dilemesine. Herkes kendinden yola çıkarak gerekeni yapabilir; sözgelimi onlar nasıl davranırlarsa davransınlar ana babanın önünde eğilebilir. Kişinin kendi ediminde yatar çözüm. Tamam, bu kadar.

Haddini aşmanın nesnel ve öznel biçimi

HELLINGER Dagmar'a Yükü üzerinden atman konusunda sana bir şey daha söyleyeyim. Başka bir kişiyi temsil ettiğinde ve senin gibi ana baba karşısında suçlayıcı bir rol aldığında çocuğun küstahlığı öznel değil, nesneldir. Çocuğun karşı duramayacağı bir dinamikten kaynaklanır. Çocuk bunun dışına çıkamaz. Bu nesnel bir haddini aşmadır. Gerçi öznel olanla aynı etkiyi yapar ama içinde kişisel bir suç yoktur. Bir kilitlenmedir. Ancak sonradan, bu kursun ardından şimdiye kadar olduğu gibi davranmaya devam edersen, o zaman suçlu duruma düşersin.

Babaya özlem

GERTRUD Ben hiç iyi değilim. Midemde tatsız bir his var ve az önce dizimde anne temsilcisi olarak yaşadığım semptomlar bunlar. Daha önce böyle bir şey, böyle bir zayıflık yaşadığımı hiç hatırlamıyorum.

HELLINGER Ama bunun seninle bir ilgisi yok.

GERTRUD Evet, ama etkisi sürüyor. Bir şey eksik. Sana bir şey sormak istiyordum -öğle arası sırasında bununla uğraştım- evlilik dışı oğlumla ilgili. İçini çeker, ağlamanın eşiğindedir. Suçlu duruma mı düşürdüm kendimi?

HELLINGER İskemleni alıp buraya getir. Karşıma otur, biraz daha yaklaş, gözlerini kapa. Ağzını arala, nefes al ve ne oluyorsa kendini ona bırak.

Hellinger Gertrud'un başını öne doğru eğer.

HELLINGER Daha hızlı nefes al. Harekete bırak kendini.

Gertrud hüngür hüngür ağlar.

HELLINGER Bir şeye sarıldığını canlandır. Bir süre sonra Burada bırakalım mı?

Gertrud başını evet anlamında sallar.

HELLINGER Pekâlâ, nasılsın?

GERTRUD Daha iyi ama anlamıyorum.

HELLINGER Zararı yok.

Duygu Gertrud'u yeniden içine aldığında Demin her ne olduysa ona boyun eğ. Harekete ayak uydur.

Gertrud ağlar.

HELLINGER Fısıltıyla Sıla hasreti mi çekiyorsun?

GERTRUD Babamı düşünüyorum.

HELLINGER Gözlerini kapa. Evde, onun yanında olduğunu hayal et.

Gertrud gözyaşlarına boğulur.

HELLINGER Nefes almaya devam et. Bırak, akıp gitsin.

Gertrud daha rahat nefes alır.

HELLINGER Kralın iki çocuğu şarkısını biliyor musun?

GERTRUD Hayır.

HELLINGER Hayır mı? Şöyle: “Birlikte gelemediler, su çok derindi.”

GERTRUD Güler Yaklaştım.

HELLINGER Tamam, şimdilik burada bırakıyorum.

Ailede ne zaman erkeğin, ne zaman kadının önceliği vardır

GEORG Bir aile diziminde erkek ne zaman kadının sağında, ne zaman solunda yer alır?

HELLINGER Değişir. Ana baba aslında eşdeğerlidir. Baş yere birlikte sahiptirler. Bundan sonra çocuklar gelir, ilk çocuk, ikincisi, üçüncüsü vb. Ana baba arasında temel düzene göre hiyerarşi yoktur; birlikte başlarlar. Ama işlevlerine göre bir sıralama vardır. Güvenlikten sorumlu olan kural olarak ilk sırayı alır, bu da çoğu zaman erkektir. Bu durumda kadının sağında yer alır. Ancak, Ida'nınki gibi, onun anlattıklarına göre kadının çok açık bir şekilde ilk sırayı aldığı aileler vardır. Bu nedenle kadın orada erkeğin sağında duracaktır.

Ama kadının ilk sırayı aldığı başka durumlar da vardır. Kadının ailesinde önemli kişilerin, sözgelimi anneyle evlenmediği için babanın ya da kötü bir alınyazısı olduğu için annenin dışlandığı durumlarda sıralama değişir. O zaman sağdan sola doğru olmak üzere önce dışlanan kişiler, sonra kadın ve ancak ondan sonra erkek gelir. Bunun alınyazılarının ağırlığı, baskısıyla ilgisi vardır. Örneğin Thea güncel ailesinde ilk sıraya sahip, çünkü köken ailesindeki kaderlerin baskısı ona aşırı bir ağırlık veriyor. Dolayısıyla durumdan duruma denemek zorundasın bunu.

Birisi önceden bir nişanlılık geçirmişse ikinci eş kural olarak şimdiki eşi ve onun önceki eşi arasında yer alır. Örneğin Dagmar'ın köken ailesinde annesi kocası ile onun eski nişanlısı arasında durmak zorundaydı ve sıralamada onun önünde oldu. Böylece kocası ve onun eski nişanlısına erkeği kocası olarak aldığını ve hak iddia ettiğini gösterir. Böylece nişanlı, erkekten ayrılmakla kalmaz, özgürleşir de. Bununla birlikte ikinci eşin arada yer alamayacağı pek çok durum da vardır. Çoğu zaman ikinci kadın erkek ve onun eski eşi arasında yer alamaz, bu eş ölmüşse ya da kocası ve önceki nişanlısı arasında olamaz veya eğer eski nişanlıya karşı büyük bir haksızlık işlenmişse.

Kadın erkeği izlemek zorundadır, erkek ise dişiye hizmet etmek

HELLINGER Çift ilişkisi kadın erkeği izlediğinde başarıya ulaşır. Yani onu ülkesinde, dilinde, kültüründe, ailesinde izlediğinde ve çocuklara da babayı ülkesinde, dilinde, ailesinde, kültüründe izleme izni verdiğinde. Erkek kadını izlediğinde gerginlikler oluşur. Örneğin erkek kadının ailesine içgüveyi olarak girdiğinde ilişki başarısızlığa uğrar, doyumlu bir ilişki olmaz. Doyumlu ilişki ancak, kadın erkeği izlediğinde olur. Gördüklerimin tanımlanması bu. Birisinin karşı örnekleri varsa öğrenmekten memnun olurum. Bu zamana dek tersine rastlamadım.

Öte yandan bir ilişki ancak erkek dişiye hizmet ettiğinde başarılı olur. Bu dengedir. Burada söylediğim bir teori uyarınca söylenenler değil. Gözlemlediğimi tanımlıyor.

JONAS Bu ataerkillik.

HELLINGER Tam da bu değil. Bundan türememiş.

JONAS Amerikalı bir dostum Hintli karısı ile birlikte onun ailesinin yanında, Hindistan’da yaşıyor. Altmış yaşında ve çok iyi. Bildiğim en güzel ilişkilerden biri ama büyük de bir istisna.

HELLINGER İyi, o halde söylediğimi geri alıyorum. Grupta gülüşmeler

ANNE Ben bu geri çekilmeye katılmıyorum. Çünkü söylediğin içimde bir şeye dokundu. Bu konuda biraz daha konuşmanı isterim.

HELLINGER Tamam. Bu kadar çabuk değişmem ve söylediğim her zaman bildiğim de değildir.

Jonas’a Bütün düzenlerde olduğu gibi başka bir yöne işaret eden dinamikler vardır elbette. Her zaman vardır. Yani dostun tam doğru olanı yapıyor olabilir.

Ama böyle ilişkilerde çocukların durumuna ilişkin de bir şey söylemek istiyorum. Ana baba iki farklı ülkeden geldiğinde çocuklar biri lehine, diğeri aleyhine seçim yapmak zorundaymışlar gibi ülkeler arasında seçim yapmamalıdır. Her iki ülkeye de aittirler. Ancak babanın ülkesinin kural olarak önceliği vardır.

GERTRUD O halde neden ana dil deniyor? Bu, düzene tamamen karşıt.

HELLINGER Ana dil başka yasaları izler. Çocuk dili daha anasının kucağındayken öğrenir. Dili daha o zamandan alır. Ama ben bunu diğerine karşıt olarak ortaya koymak istemem.

THOMAS Sanıyorum bunun bir parça da benim öykümle ilgisi var. İçgüveylik ve erkeğin kadını izlemek zorunda olması söz konusu.

HELLINGER İçgüveylik ilişkiye yük bindirir ve onu kısıtlar. Ancak izlemek boyun eğmek demek değildir. Seni ailende izliyorum demektir.

Boşa sevgi

JOHANN Benim kafamı kurcalayan, kadının erkeği izlemesi. İki yıldır İsviçre'de yaşayan bir kız arkadaşım var. Bugüne dek bir araya gelmeyi başaramadık. Bu beni çok üzüyor. Bir keresinde az daha oraya gidiyordum. Sonra farkına vardım ki böylesi doğru değil, onun gelmesi gerek. Bu çok güçlü bir istek, neden işlemediğini anlayamıyorum. Belki benimle de ilgisi vardır.

HELLINGER Sana bir şey söyleyeyim. Kadınla erkek arasında ilişki ilk on beş dakikada işler. Eğer o zaman işlemiyorsa unut gitsin.

WILHELM İlk on beş dakikada mı?

HELLINGER Evet, bu süre içinde bütün kurallar saptanır. İlk on beş dakika içinde. Sonradan hiçbir şey bunun dışına çıkamaz.

JOHANN Kulağa son derece umutsuz geliyor.

HELLINGER Daha iyi bir şey bul. Kimileri yeni tren perona girdiğinde eskisine el sallamaya devam eder. Ancak umutsuz sevgi daha uzun yaşar.

JOHANN Her ne olursa olsun ben bu kadını sevdiğim izlenimine sahibim.

HELLINGER O seni seviyor mu?

JOHANN Sanırım evet. Yalnız şunu görüyorum, bunu ifade etmede ya da yaşamada zorlanıyor ve çok korkuyor. Sürekli karşı karşıya olduğum soru…

HELLINGER Hayır, hayır, bunu unutabilirsin.

JOHANN Neyi?

HELLINGER Bir zamanlar birisi bana üç kız arkadaşı olduğunu, hangisini alması gerektiğini sormuştu. Bana her birinden bir şey anlatmasını istedim,

sonra “Üçüncüsü” dedim. “Nereden bildin?” diye sordu. “Yüzün aydınlandı” dedim.

BRIGITTE Üç tane varsa iş daha kolay.

HELLINGER Johann’a Yüzün hiç aydınlanmadı.

JOHANN Ama çoğu zaman aydınlandığını hissediyorum.

HELLINGER Kimileri engelleri sevgiyle aşabileceklerini sanırlar, zorlayabileceklerini. Yalnızca yeterince sevseler her şeyin daha iyi olacağını. Daha iyi olmayacaktır!

JOHANN Olanlara ilişkin büyük bir düş kırıklığı var içimde ama aydınlık da var.

HELLINGER Ben hiç görmedim bunu. Olsaydı görürdüm.

Ben sana ne yaptım ki sana bu kadar kızgınım?

JAN Çok sinirli ve baskı altındayım. Bütün bu zaman boyunca dile getirmek istediğim bir şeyi anlatmak istiyorum. Dört yıl önce bir ilişkim vardı. Bundan iki buçuk yıl önce bitti. Hiçbir zaman da tam olarak ayrılamadık. O zamandan beri günde kaç kez bu kadını düşündüğümü Tanrı bilir. Bu şimdiki ilişkimde de büyük bir ayak bağı. Takılıp kaldım, ne olduğunu da bilmiyorum.

HELLINGER Ona hâlâ borçlu olduğun bir şey var.

Uzun bir sessizlik

HELLINGER Ona hâlâ borçlu olduğun şey nedir?

JAN Bilmiyorum, hâlâ çok kızgınım ona.

HELLINGER Bu öfkenin nasıl oluştuğunu biliyor musun? Güzel bir deyiş vardır, eğlenceli bir deyiş: “Ben sana ne yaptım ki sana bu kadar kızgınım?” Burada öfke, suçluluğa karşı savunma işini görür.

Uzun bir sessizlik

HELLINGER Ee?

JAN Belki ona saygı borçluyum.

HELLINGER Bu durumda bu yeterli değil. Sana bir ipucu daha vereyim. Babasının yanında duran erkek, kadınlara çekici gelir. Annesinin yanında durana ise acırlar.

Acıya karşı korunma olarak öfke

ROBERT Az önce sözünü ettiğin öfkeyi düşünüyorum. Boşanmamla bir bağlantı kurdum.

HELLINGER Bir ayrılıkta öfke, yas acısının yerine geçer çoğu zaman. Eğer her iki taraf d a kendisini, ilişkilerinde başarısızlığa uğrayanın yasına bırakacak olursa, sonradan ötekiyle iyi bir iletişim kurabilir. Boşanmada iki kişinin de ağlaması ve bu derin acıyı hissetmiş olması önemlidir. Çoğu kişi bu acıdan kaçmak istediği için bir suç arar. Oysa acıyı çekmiş olan, ondan özgürleşir de.

Tutulan öfke

HARTMUT Ben öfke, hiddet ve saldırganlık sorunu ile uğraşıyorum. Öfkeye, hiddet ya da saldırganlığa kendimi kaptırdığımı hiç hatırlamıyorum.

HELLINGER Çok iyi! Buna duygulanım ketleşmesi denir. Yalnızca sürü başı hayvanlarda bulunur.

HARTMUT Güler Şimdi soru, benim geri dönüp açığı mı kapamam gerektiği yoksa barışçı kalma ya da olmanın da bir yolu olup olmadığı.

HELLINGER Sana cevabı verdim.

HARTMUT O zaman benim kulaklarımda bir şey var.

Öfkenin farklı çeşitleri

HELLINGER İlk olarak: Birisi bana saldırır ya da haksızlık yapar, ben de buna uygun olarak öfke ve kızgınlıkla tepki gösteririm. Bu öfke benim kendimi güçlü bir şekilde savunmamı ya da ortaya koymamı sağlar. Beni eyleme geçecek hale getirir, olumludur ve beni güçlü kılar. Öfkenin bu türü olayın kendisinden kaynaklanır, bundan ötürü yerindedir. Hedefe ulaşır ulaşmaz da geçer.

İkincisi: Alabileceğimi ya da almak zorunda olduğumu alamadığım veya isteyebileceğimi ya da istemek zorunda olduğumu istemediğim için kızar, öfkelenirim. Kendimi ortaya koyup bana gerekeni almak ya da aramak yerine, alabilecek, talep edebilecek veya isteyebilecekken ya da bunlara zorunluyken kendilerinden almadığım, talep etmediğim ya da istemediğim insanlara öfkelenirim. Öfkenin bu çeşidi eylemin yerine geçer ve girişilmeyen hareketin sonucudur. Kişiyi felç eder, becerisiz ve zayıf kılar ve çoğu zaman da uzun sürer.

Öfkenin sevgiye karşı durma biçiminin etkisi de buna benzer. Sevgimi ifade etmek yerine sevdiğim kişilere öfke duyarım. Öfkenin bu türü, kökenini kesintiye uğramış bir yönelimden alıyorsa, çocukluğa dayanır. Daha sonraki benzer durumlarda bu önceki yaşantı tekrarlanır ve öfke de gücünü bu deneyimden alır.

Üçüncüsü: Birisine kızarım, çünkü ona itiraf etmek istemediğim bir şey yapmışımdır. Öfkenin böylesiyle kendimi bir suçun sonuçlarından korur, suçu karşımdakinin üzerine atarım. Bu öfke de kişinin kendi eyleminin yerine geçer. Hareketsiz kalmama yol açar, felç eder beni ve zayıflaştırır.

Dördüncüsü: Birisi bana, karşılığını veremeyeceğim kadar çok iyilik yapar, çok fazla verir. Bunu kaldırmak zordur. O zaman da veren ve verdiklerine öfkelenerek kendimi korurum. Bu tür öfke sözgelimi çocukların ebeveynlerini suçlayışlarında görülür. Almanın, teşekkür etmenin ve kişinin kendi eyleminin yerine geçer, felç eder ve insanın içini boşaltır. Ya da ortaya depresyon, yani suçlamanın öteki yüzü olarak çıkar. Depresyon da almanın, teşekkür etmenin ve vermenin yerine geçerek kişiyi hareketsiz

kılar, boşaltır. Ölmüşlere, ayrıldığım insanlara almayı ve teşekkür etmeyi ya da öfkenin üçüncü türünde olduğu gibi kendi suçumun arkasında durmayı borçlu kalmışsam, burada öfke, uzun süren bir yas dönemi olarak da ortaya çıkabilir.

Beşincisi: Kimileri, başkalarından ve başkaları için üstlendikleri bir öfke duyar. Sözgelimi bir grupta kişilerden biri kendi öfkesini bastırdığında bir süre sonra grubun başka bir üyesi öfkelenir. Bu çoğu zaman grubun öfkelenmesi için hiçbir neden olmayan en zayıf üyesidir. Ailelerde bu en zayıf halka çocuktur. Örneğin anne babaya öfkeli ama öfkesini bastırmaktaysa babaya çocuklardan biri öfkelenir.

En zayıf birey çoğu zaman taşıyıcı olmakla kalmaz, öfkenin hedefi haline de gelir. Örneğin bir çalışan, üstlerine öfkelendiği ama bu duygusunu onlara karşı bastırdığında öfkesini daha zayıf kişilerde boşaltır. Ya da bir erkek karısına kızdığı ama öfkesini onun karşısında bastırdığında öfkenin acısını karısı yerine çocuğu çeker.

Çoğu zaman öfke bir taşıyıcıdan başka bir taşıyıcıya aktarılmakla kalmaz -örneğin anneden çocuğa- güçlüden zayıfa olmak üzere yönü de değişir. O zaman da sözgelimi annesinin babasına yönelmiş öfkesini üstlenen kız, bunu babasına değil, gücünün daha fazla yettiğini hissettiği başka birisine, örneğin kendi kocasına yöneltir. Gruplarda da üstlenilen öfke, güçlü olan asıl hedefine, diyelim grup liderine yönelmek yerine, bu şekilde güçlü kişinin günah keçisi haline gelen zayıf bir grup üyesine çevrilir.

Üstlenilen öfkede kişiler kendilerinin dışındadırlar, kendilerini gururlu ve hak sahibi hissederler. Oysa yabancı bir güç ve hak ile hareket etmektedirler. Böylece başarısız ve zayıf kalırlar. Üstlenilmiş öfkenin kurbanları da kendilerini güçlü ve haklı hissederler, çünkü haksız yere acı çektiklerini bilmektedirler. Ama onlar da zayıf, acılarıysa başarısız kalır.

Altıncısı: Bir de öfke vardır, erdem ve yeterliktir. İnsanın kendisini ortaya farkındalıkla ve yoğunlaşmış bir şekilde, gereğince koymasıdır; tartarak ve bilerek ağır ve güçlü olanla da yüzleşir. Onda duygulanım yoktur. Gerekiyorsa korkusuzca ve ona kızmaksızın karşısındakine kötü bir şey de yapar. Saf enerji olarak agresyondur bu. Uzun süreli bir disiplin ve

uygulama ürünüdür. Ancak buna sahip olan çabasızca sahip olur. Öfkenin bu türü kendini stratejik davranış biçimi olarak ifade eder.

Temkin ve cesaret

JONAS Adım Jonas. Doktorum ama somatik tıp alanında değil aile terapisti olarak çalışıyorum. Bekârım. On yedi yıldır birisiyle birlikte yaşıyorum, çocuğum yok. Benim şu anda zihnimi kurcalayan, köken aileme ilişkin yaşadığım belirsizlik. On sekiz yaşındayken ebeveynimden ayrılıp üç yüz kilometre uzağa taşındığımda annem kanser olmuştu. Arada bir bağlantı gördüm ama hiç tepki vermedim. Umutsuz vaka denmesine karşın üç yıl sonra bütünüyle sağlığına kavuştu. Şimdi de bu yıl, evden üç yüz kilometre uzağa ilk kez telefon ettiler, erkek kardeşimin çıldırdığını haber vermek için. Kardeşim benden on yaş küçük. Bu kursta kendimi hâlâ “yaklaşma” aşamasında hissediyor ve senin gerçeklerine “temkinle” yaklaşıyorum.

HELLINGER Sana bir şey söyleyeyim: Cesaret ve temkin, bir yayın iki ucu gibi birbirlerinden ayrılmaya çalışır. Ama yayı bir arada tutan kiriştir. Kiriş, ayrı yönlere gitmek isteyen uçları bir arada tutar ve bu şekilde oku hedefe gönderen gerilim oluşur. Ancak tek başına temkinle gerilim olmaz.

JONAS İçinde bulunduğum belirsizlik, böylece sistemi yalnızca pekiştirmekten korksam da duruma ne ölçüde müdahale etmem gerektiği konusunda. Korkumun gözlerinin içine bakıp ailemi dizmek isterdim.

Dizim: Oğul annenin nişanlısını temsil ediyor

HELLINGER Jonas’a Bu aileye kimler dahil?

JONAS Babam, annem, erkek kardeşim ve ben.

HELLINGER Çekirdek ailede başka bir eksik var mı?

JONAS Evet, bir de ölü doğan kız kardeşim.

HELLINGER O önemli. Yeri neresi?

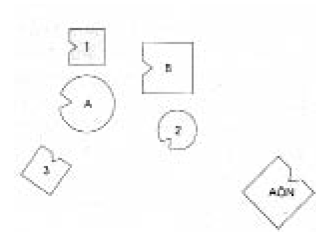
JONAS Benimle kardeşim arasında.

HELLINGER Ana babandan biri daha önce bir evlilik ya da nişanlılık geçirmiş mi?

JONAS Evet, annem daha önce nişanlanmış. Nişanlısı savaşta ölmüş.

HELLINGER O halde onu da dizime ekleyelim.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğul (=Jonas)

+2 İkinci çocuk, kız, ölü doğmuş

3 Üçüncü çocuk, oğul

+AÖN Annenin savaşta ölen önceki nişanlısı

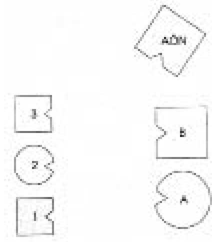
HELLINGER Annenin önceki nişanlısını dizen Jonas’a Senin özdeşleşmen şimdiden görülebiliyor.

JONAS Nişanlıyla özdeşleşmem mi?

HELLINGER Evet.

HELLINGER Hemen çözümün dizimini yapıyorum, çünkü bu durumda bu gayet kolay.

2. Resim



HELLINGER Baba nasıl?

BABA Benim için uygun ama nişanlı hâlâ biraz rahatsız ediyor.

HELLINGER Onurlandırılması gerekiyor.

Anne nasıl?

ANNE Nişanlıyı görmek için biraz dönmek istiyorum. Güler.

HELLINGER Evet, doğru. Sisteme o da dahil. Ama kocanın arada yer alması gerek, yoksa ilişki yürümez.

Jonas’ın temsilcisine En büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Ben çok iyiyim.

HELLINGER Küçük oğul nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Çok sinirliyim ama neden, bilmiyorum.

HELLINGER Ölmüş kız kardeş nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK İyi.

HELLINGER Jonas'a Yerine geçmek ister misin?

Dizimde kendi yerini alan Jonas'a Şimdi annene bir cümle söyleyebilirsin, çok basit bir cümle. Babana bak ve annene: "Benim babam o" de.

Jonas güler ve nişanlıya bakar.

HELLINGER Hayır, hayır.

Gruba Önceki nişanlıyı temsil ettiği için babayla kendiliğinden rekabete giriyor. Nişanlı anne için önemli, Jonas da annesi karşısında onu temsil ediyor.

Jonas'a Yaşamını anlatırken uzaklara gittiğini söyledin. Bu tam da nişanlının yaptığı şeydi. Ama eğer babanın yanında durursan kalabilirsin. Senin için doğru yer orası. O halde annene "Babam o" de.

JONAS Anneye O.

HELLINGER "Yalnızca o."

JONAS Yalnızca o.

HELLINGER "Ötekiyle benim hiçbir ilgim yok."

JONAS Güler Evet, benim ötekiyle hiçbir ilgim yok. Babam o.

HELLINGER Sana Tanrıyı arayanlar üzerine bir şey söylemek istiyorum. Söyleyeyim mi?

JONAS Evet.

HELLINGER Onlar babalarını arar. Bulduklarında Tanrı arayışı sona erer. Ya da başkalaşır. -Tamam, bu kadar.

Gruba Başka sorunuz var mı?

FRANK Bazen özdeşleşen kişileri önce bir kenarda diziyorsun. Bu vakada bunu yapmadın.

HELLINGER Hayır, bunu gereksiz kılacak kadar açıktı burada durum. Kurs ilerledikçe pek çok şey açığa kavuştuğu için çözüm için gereken adımlar da azalır.

Sistemik denge duyusu

Bizi insanlara ve topluluklara bilgi yüklü bir duyu bağlar. Bizi sürekli güdüleyip yönlendirerek onlarla ilişkide tutar. Tıpkı bizi yerçekimine karşı sürekli güdüleyip yönlendirerek dengede tutan başka bir bilgi yüklü duyu gibi. Gerçi istersek öne arkaya ya da sağa sola doğru düşebiliriz. Ama bir refleks, felâketten önce dengeye zorlar, böylece zamanında yeniden denge durumuna döneriz.

İlişkilerimizi de irademizi aşan bir duyu gözetir. İlişkinin başarıya ulaşması için gereken koşullardan saptığımızda ve aidiyetimizi tehlikeye düşürdüğümüzde bu duyu, düzeltme ve dengeleme yönünde bir refleks gibi işler. Denge duyumuz gibi ilişki duyumuz da kişiyi çevresiyle birlikte algılar, serbesti alanını ve sınırları görerek kişiyi istek ve isteksizlik arasında yönlendirir. İsteksizliği suç, isteği de suçsuzluk olarak hissederiz.

Dolayısıyla suç ve suçsuzluk ilişkiler içinde deneyimlenir, ilişkilerle ilintilidir. Çünkü başkasını etkileyen her bir davranışa suçsuzluğun ve suçun bilgisiyle yüklü bir duygu eşlik eder. Tıpkı gören bir gözün sürekli aydınlıkla karanlığı birbirinden ayırt etmesi gibi, bu bilgi yüklü duygu da her an davranışımızın ilişkiye zarar mı verdiğinin yoksa hizmet mi ettiğinin ayırımını yapar. İlişkiye zarar vereni suç, hizmet edeni suçsuzluk olarak hissederiz.

Ancak suç ve suçsuzluk bir efendiye hizmet eder. Atlarının başındaki bir arabacı gibi bu duyu da onları bir arabanın önüne koşar, bir yöne çevirir, böylece bir koşuma bağlı atlar gibi çekerler arabayı. İlişkiyi ileri götürür ve etkileşimleriyle yoldan çıkmamasını sağlarlar. Gerçi kimi zaman kendimiz ele almak isteriz ama arabacı dizginleri elinden bırakmaz. Arabada tutsak ve yolcu gibi yol alırız. Arabacının adı vicdandır.

Farklı vicdanlar

Farklı aile ya da topluluklardan gelen insanların vicdanları farklıdır. Çünkü vicdan herkese onu topluluğuna bağlayacak, hizmet edecek şeyleri buyururken topluluktan ayıracak, topluluğuna zarar verecek şeyleri yasaklar.

Ancak birey de her bir toplulukta vicdanı farklı bir şekilde izler. Çünkü bir topluluğun yararına olan diğeri için zarar verici olabilir. Bir toplulukta suçsuzluk getiren, başka bir toplulukta kişiyi suça iter. Sözgelimi iş hayatı ve ailede.

Bununla birlikte hem kişinin kendi içinde hem de aynı topluluk dahilinde vicdan, birbirlerini hem tamamlayan hem de birbirleriyle çelişen hedeflere hizmet eder. Sevgi ve adalet, özgürlük ve düzen gibi. Bu sırada da vicdan farklı hedefler için farklı suç ve suçsuzluk duygularını kullanır. Bundan ötürü suç ve suçsuzluğu sevgi ve bağa hizmet ettiklerinde başka, haklı bir telafiye hizmet ettiklerinde başka, düzen ve kurallara hizmet ettiklerinde başka, yenilenme ve özgürlüğe hizmet ettiklerinde ise yine başka türlü hissederiz.

Vicdanı kimi zaman, örneğin zor durumdaki bir çocuğun yardımına koşarken basit ve odaklanmış bir halde deneyimleriz. Ancak etkisi çoğu zaman çok yönlü ve farklıdır. Suç ve suçsuzluğu hissedişimiz de bu doğrultuda çok yönlü ve farklı olur. Yani vicdanı kimi zaman tek bir şey gibi deneyimleriz. Ama çoğu zaman, temsilcilerinin farklı hedefleri suç ve suçsuzluğun farklı duyguları yardımıyla farklı bir şekilde kabul ettirmeye çalışan bir topluluğa benzer vicdan. Bunlar arada sırada birbirini destekler ve bütünün yararı adına tehlikeye meydan vermeyecek bir halde tutarlar. Bununla birlikte, birbirlerine karşıt da olsalar daha yüksek bir düzene hizmet ederler. Bu daha yüksek düzen tıpkı bir ordu komutanı gibidir: Çeşitli cephelerde farklı birliklerle, farklı alanlarda, farklı araç ve taktiklerle farklı başarılar peşinde koşan ve sonunda da, daha büyük bütün adına bütün cephelerden ancak kısmi başarılar getiren bir ordu komutanı gibi.

Size bu konuda küçük bir öykü anlatayım:

Suçsuzluk

Adamın biri, yüreğine çöreklenen ağırlığı bir yana bırakmak istemiş, böylece cesaretini toplayıp yeni bir yola koyulmuş. Akşam üzeri mola verdiğinde biraz uzağında bir mağaranın girişini görmüş. “Tuhaf” diye geçirmiş aklından. Hemen içeri girmek istemiş ama giriş demir bir kapıyla kapatılmışmış. “Tuhaf” diye düşünmüş, “Belki bir şeyler olur.” Geçmiş, kapının karşısına oturmuş. Gözlerini bir kapıya dikiyor, bir çekiyormuş. Böylece üç gün geçirdikten sonra kapının açıldığını görmüş. İçeri dalmış, ilerlemiş, bir de bakmış ki yeniden dışarıda, açıklıkta.

“Tuhaf” diye düşünmüş gözlerini ovuşturarak. Oturmuş ve biraz ileride küçük, beyaz bir halka görmüş -kar beyazı bir halka. Küçük, beyaz halkanın içine hapsolan kendisini görmüş; oracıkta öylece eğilip bükülüp sıkışarak çömelmiş ve beyaz ışıltılar saçarak oturmaktaymış. Bu küçük, beyaz halkanın etrafında dev, siyah bir alev gölgesi, bütün gücüyle içeri girmek ister gibi halkayı yalamaktaymış.

“Tuhaf” diye düşünmüş adam, “Belki bir şeyler olur.” Geçmiş, karşısına oturmuş. Gözlerini halkaya bir dikiyor, bir çekiyormuş. Böylece üç gün geçirdikten sonra küçük beyaz halkanın açıldığını, siyah alev gölgesinin içeri doğru atıldığını, halkanın büyüdüğünü ve kendisinin içerde nihayet uzanabildiğini görmüş. Ama halka şimdi griymiş.

Vicdan ve denge

IDA Wilhelm ailesini dizdiğinden beri kendimi daha özgür ve hareketli hissediyorum. Ama kafamı hâlâ kurcalayan bir soru var: Kişi iyi olanla bütünleştikten sonra yapacak bir şey kalır mı?

HELLINGER Bir ilişki ya da toplulukta birisinin yararı ile başka birinin zararı arasında büyük bir fark olduğunda taraflar denge ihtiyacı duyar. Bunu vicdanın bir talebi olarak algılarlar ve gereğini bilerek yerine getirmiyorlarsa güdüsel olarak getirirler. Dolayısıyla vicdanı bir de bu denge/telafi duyusu olarak deneyimleriz. Bu telafi gereksinimini, katkımız olmaksızın bir yarar ya da mutluluk elde ettiğimizde kader karşısında da hissederiz.

Birisi bana bir şey verdiğinde ya da ben bir şey aldığımda, alınan ne kadar güzel olursa olsun bir isteksizlik duyarım. Bunu ben de eşdeğerli bir şey verene ya da ödeyene dek bir baskı olarak hissederim. Bu borcu [5], verme yükümlülüğü olarak yaşarım. Bu durumda mesela, kendimi ona borçlu hissediyorum, deriz. Borçlu olma baskısı altında eşdeğerli bir şey verdiğim ya da ödediğimde yükümlülük baskısından kurtulurum. Yükümlülüğün olmaması duygusunu hafiflik ve özgürlük olarak deneyimleriz. Yükümlü olmamak için almayı reddettiğimde de hafiflik ve özgürlük hissederim. Marjinal insanlar suçsuzluğun (borçtan özgür olmanın) böylesini oluşturur, almadan veren yardımcılar da. Ama bu özgürlük kişiyi yalnız ve yoksul kılar.

Olumlu ve olumsuz denge

Bir çift ilişkisinde kadın erkeğe bir şey verdiği, böylece ona olan sevgisini gösterdiğinde kendisi de kadına bir şey verene dek erkek baskı altına girer. Ama o da kadını sevdiği için kadının verdiğinden biraz fazlasını ona verir. Şimdi de kadın baskı altındadır; erkeği sevdiğinden ona biraz daha fazlasını verir. Böylece olumlu verme ve alma ciroları, bununla da mutlulukları artar, aralarındaki bağ güçlenir. Ama erkek kadına sadece onun kendisine verdiği kadarını verirse telafi ve alış veriş baskısı sona erer.

DAGMAR Ya daha azını verecek olursa?

HELLINGER Eşlerden biri aldığından daha azını verdiğinde ilişkiyi tehlikeye sokar. Sana bir benzetmeyle açıklayayım. Alıp vermeyi ve bunun artarak yükselişini yürümekle karşılaştırabiliriz. Eğer ilerlemek istiyorsam sürekli olarak dengemi bir bozup bir yeniden sağlamak zorundayımdır. Dengem bozulduktan hemen sonra yeniden sağlamayacak olursam düşer kalırım. Taraflardan birinin verdiği, diğerinin alıp telafiye, dengeye yönelmediği bir çift ilişkisinde de böyledir bu. Dengeyi yalnızca korursak, diyelim bir çift ilişkisinde yalnızca aldığımız kadarını çoğaltmaksızın verirsek olduğumuz yerde kalırız. İlişkide birisi aldığından daha azını verirse, diğeri de onu daha azıyla karşılayacaktır. O zaman alış veriş azalır ve ileri gitmek yerine geri giderler, mutlulukları ve bağlılıkları da azalır.

BRIGITTE Birisi bana kötü bir şey yaptığında ne olur? Bunu da mı dengelemek zorundayım?

HELLINGER Denge, telafi baskısını hem olumlu hem de olumsuz durumda yaşarız. Birisi bana bir kötülük yaptığında bunun öcünü alma ihtiyacı hissederim. Ben de ona kötü bir şey yapmadığımda, bağışlamayı yeğlediğimde ya da ondan canını acıtacak bir talepte bulunmadığımda onu ciddiye almam. Bu durumda benden ayrılacaktır. Ölçülü bir şekilde öcümü aldığımda ya da zarar görmeden kendimi koruduğumda onunla ilişkimi sürdürürüm. Ama kimileri negatif bir durumda da pozitif bir durumdaki gibi davranır. Kendilerine yapılan kötülüğü daha da fazlasıyla karşılarlar. Bu durumda karşı taraf kendisinde yeniden kötülük yapma hakkını görür.

Böylece değiş tokuş, kötü olanda da tırmanır; sonucunda da acı ve mutsuzluk artar.

Soru şudur: Çift olumsuz alış verişi nasıl durdurabilir ve yeniden olumlu olana dönebilir? Olumlu vermede nasıl iyiliği biraz daha fazlasıyla karşılıyorsak, sevgi adına, olumsuz vermede de kötülüğü biraz daha azıyla karşılarız. O zaman kötü alış veriş sona erer, iyi alış veriş de yeniden başlayabilir.

Telafinin sınırları

Topluluklar çerçevesinde geçerli olan çoğu zaman Tanrı ve alınyazısına da yansıtılır. Örneğin başkalarının hayatlarını kaybettiği bir tehlikeden kurtarılan birisi, kurtuluşunun bedelini Tanrı ve kadere, sanki bunlar muhatabıymış da bu şekilde onları merhametli kılabilirmiş gibisine ödemek ister. Belki yaşamını sınırlar bu şekilde, hastalık edinir, kendisi için değer taşıyan bir şey kurban eder veya başka birisi onun için bir şey kurban eder, sözgelimi bir çocuk.

Ya da eşlerden biri, kadın, diğerini, erkeği almaz. Erkek daha önce bir ilişki yaşamıştır, önceki partner ölmüş bile olsa kadın erkeğe onun bedeliyle sahip olmuştur.

Veya ebeveynin ikinci evliliğinden olma çocuklar, başkaları kendilerine yer açmış olduğu için ana babalarını almaz ya da kendilerini kıstılar, cezalandırırlar.

Daha da kötüsü, kader kendilerine iyi davrandığı için kendilerini seçilmiş insanlar gibi görüp talihlerinden ötürü kibirlenmeleridir. Böyle bir şeyi de ne kendileri ne başkaları kaldırabileceği için de talihleri dönüverir.

Şükran ve tevazuuyla sağlanan denge

Kaderi gereğince almanın yegâne yolu, biz hak etmeden gelen iyiliği armağan olarak almaktır. Buysa şükrandır. Şükran, büyüklenmeden uzak bir biçimde almak demektir. Ben bir şey ödemeksizin dengeyi sağlar. Şükranın böylesi teşekkür ederim demekten bütünüyle farklıdır. Birisine bir şey verdiğimde ve karşımdaki yalnızca teşekkür ederim dediğinde bu çok azdır. Ama yüzü ışık saçarak “Bu güzel bir armağan” dediğinde şükranı dile gelmiş olur. Böylece beni ve verileni takdir eder. Teşekkür etmek çoğu zaman şükranın böylesinin yerine geçer. Kimileri aynı şeyi Tanrı ve kaderle de yapar. Onları sevgiyle almak yerine teşekkür ederler.

Kaderden hak edilmemiş böyle bir armağan alan ise baskı altına girer. Bir şeyler yapmak zorundadır. Ama kendisini sınırlamak yerine aldığını paylaşır. Bu da yükü sırtından alır ve başkalarına iyilik getirir.

Ancak, katkım olmaksızın kapıma gelen iyiliğe nasıl rıza gösteriyorsam, suçum olmaksızın uğradığım kötülüğe de öyle rıza göstermem gerekir. Dolayısıyla iyilik ve kötülükte kadere boyun eğmek zorundayımdır. O zaman hem uyum içinde hem de özgür olurum. Bu boyun eğiş de tevazudur.

Kalıcı açıklık

DAGMAR Aile dizimimde deneyimlediğim çok isabetliydi. Annemi gerçekten de takdir etmedim. Kısa bir süre üzüntü duydum, ardından benim için büyük, kalıcı bir açıklık geldi. Bunu “domino etkisi” izledi: Annem dönüp kendi annesini onurlandırdı ve o da “Onu takdir etmedim” dedi. Şimdi artık benim için dedemin anneannemi mi yoksa tersi mi, kimin kimi aldatmış olduğu önemli değil. Sınırlarımı çizebiliyorum.

Ailede erkeklerle, sözgelimi erkek kardeşimle ilişkim anında değişti. Alışılmış bir şey değil bu. Beni daha nelerin beklediğini merak ediyorum. İçsel olarak baba tarafına giderek sevgilerimi yeniden sundum. Buradaki çalışmaların verdiği esinle bir sorum daha var: Bir şey takdir görmediğinde olan nedir? Örneğin babaannem küçük kızını altı aylıkken kaybetmiş. İzlenimime göre ondan sonra doğan iki oğlu ile kocası onun tarafından gerçek anlamda alınmamış ya da onurlandırılmamış. Burada benim yapabileceğim bir şeyler daha var mı?

HELLINGER Hayır. Babaannenin bebeğine bağlı kalıp diğerleri için özgür olmayışına seyirci kalmak zorundasın.

Olanı rahat bırakmak

HELLINGER Dagmar’a Sana bu konuda bir şey daha söylemek istiyorum. Aile ve topluluk düzenlerinde bir şey daha vardır: Olup bitmiş her şey bir süre sonra geçmiş olma hakkına sahiptir. Bu çok önemli. Örneğin büyükannenin kuşağında yaşanmış şeyler artık geçip gidebilir. Frank, bu daha önce senin konunda olduğu gibi rahatsızlıklar için de geçerli. Geçip gitmeye bırakılırlarsa belki seni rahat bırakacaklardır. Her şey geçicilik yasasına uyar. Eğer biz de zamanında geçici olur ve şeyleri de geçici olmaya bırakırsak bu yasayı tanımış ve takdir etmiş oluruz. Geçmişe dönüldüğünde bu yalnızca kişiyi orada tutan şeyi çözümlemek ya da gelecek için güç almak için olmalı. Bu nedenle de çok derinlere kazınmış bir etki söz konusu olmadıkça fazla gerilere gidilmemelidir. Sözgelimi beş kuşak ötesi çok gerilerde kalmıştır. Sınır, dört kuşak gerisidir. Çoğu soyluda olduğu gibi dallı budaklı soyağacıyla gurur duyan ailelerde yaşanmış kötü şeyler uzun süre huzur bulup yatışmaz.

DAGMAR Huzur bulmak çok güzel bir deneyim.

HELLINGER Huzuru sözgelimi ölmüşleri rahat bıraktığımızda buluruz. Böylece onlar da huzur içinde olur. Rilke’nin erken ölenlerle ilgili güzel bir sözü vardır [6]: “Erkenden göçüp gidenler usulca çözülürler dünyevi olandan.” Ölenlerin yaşamı geride bırakmaları belli bir zaman alır. Bunun ardından artık başka bir alandadırlar ve onları orada bırakmak gerekir. Yine Rilke’nin Orpheus, Eurydike, Hermes şiirinde Orpheus Eurydike’yi geri getirmek ister ama duraksar, çünkü “Eurydike kendi içindedir ve ölmüş olmasıyla doygundur özü.”

Başka bir şey var mı Dagmar? Bakışların da son derece berrak şimdi.

Ateşten küle

DAGMAR Kendimi çok çok çok iyi hissediyorum. Ama pek de isteyerek ortaya koymayacağım bir şey daha var.

HELLINGER Koyma. Önce bunun senin için doğru, uygun olup olmadığını açıklığa kavuşturmalısın. Eğer ortada kuşku varsa uygun değil demektir.

DAGMAR Bu doğru benim için. Bir şeyin daha farkına vardım…

HELLINGER Hayır. Algım, bunun senin için şu anda yerinde olmadığı.

HELLINGER Gruba Terapistin sırların hizmetinde olması ve onları gözetmesi önemlidir. Kendi kendine aydınlanmaksızın ışığa çekilen, anında söner.

IDA Burada olup bitene baktığımda bir yandan anlıyorum, bir yandan da anlamıyorum. Her ikisi de var.

HELLINGER Büyük olan dokunur insana ama onun kendisine dokunulmaz. Sır olarak kalır. Onu tam olarak anlamak için analiz etmeye kalkanın elinde ateşin külü kalır.

Geçen sırt ağrısı

UTE Ben iyiyim. Çok yorgundum. Ama şimdi yeniden buradayım. Benim için ve benimle birlikte ailemi dizmek için bir şeyler vermiş olan herkese teşekkür etme ihtiyacı hissediyorum. Evet, şu anda gerçekten iyiyim. Ve artık sırtım ağrımıyor. Bunu söylemeyi unutmuştum.

Dizim: Çiğnenen eşitlik ve telafi yasası

BRIGITTE Bir şey yapmaya karar verdiğim için şimdi ben gelmek isterim.

HELLINGER Buyur.

BRIGITTE Kendi köken ailemi mi dizeyim yoksa kızımınkini mi? Sorunum kızımla da.

HELLINGER Şimdiki aileni diz, bütün erkekler, kadınlar ve çocuklarla.

BRIGITTE İkinci kez evlendim. İlk eşim bizden ayrıldı, daha sonra da öldü.

HELLINGER Neden ayrıldınız? Bir şey mi oldu?

BRIGITTE Psikoloji okudum, eğitimim tamamlandı. Ona ihtiyacım kalmadı.

HELLINGER Burada işbaşında olan denge yasası. Bir evlilikte eşlerden biri bir meslek edindiği, diğeri de onun geçimini sağladığında, geçimi sağlanan artık dengeyi sağlayamayacağı için evlilikten kopar. Evliliğin, dengede oluşan seviye farklarına tahammülü yoktur. Her şey dengelenmelidir. Evlilik sırasında kadın da erkeğin eğitimini karşılamışsa eğitim sona erer ermez erkek kadını terk eder. -Ona hâlâ borçlu olduğun bir şey var.

BRIGITTE Onun zaaflarına ilişkin çok seçici bir hafızam var. Ama yine de ona hâlâ bir şey borçlu olduğumu biliyorum.

HELLINGER Anılar seçicidir.

BRIGITTE Dün ve önceki gün fotoğraf sunağına yerleştirmek üzere onun fotoğraflarını aradım. Çocuklarımsa…

HELLINGER Senin kaçırdıklarını çocukların telafi ediyor.

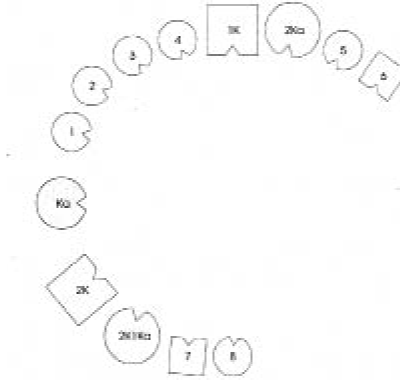
BRIGITTE Bütün resimleri yürütmüşler. Tek bir resim bile bulamadım. - Kocam yeniden evlendi ve ikinci eşinden iki çocuğu oldu.

HELLINGER Bize onlar da gerek.

BRIGITTE İkinci eşim de iki çocukla geldi. İlk karısı ölmüş.

HELLINGER Brigitte ailesini dizmeye başladığında Hemen düzeni dizeceğim. Burada bu çok kolay.

1. Resim



1K İlk koca, 1-4 ve 5-6’nın babası

Ka Kadın, 1-4’ün annesi (=Brigitte)

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, kız

3 Üçüncü çocuk, kız

4 Dördüncü çocuk, kız

2Ka Erkeğin ikinci karısı, 5-6’nın annesi

5 Beşinci çocuk, kız

6 Altıncı çocuk, oğlan

2K İkinci koca, 7-8’in babası

1Ka İkinci eşin ilk karısı, ölmüş, 7-8’in annesi

7 Yedinci çocuk, oğlan

8 Sekizinci çocuk, kız

HELLINGER Kızlar nasıl?

İLK ÇOCUK (Sorunlu çocuk) Güçlü bir şekilde çevrelenmiş.

İKİNCİ ÇOCUK Bütün.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Etkilenmiş.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Kendimi gayet iyi hissediyorum.

HELLINGER Baba nasıl?

İLK KOCA Kızların resimleri yürüttüğünü duymak bana çok dokundu. Daha önce bir ilintim yoktu.

HELLINGER Çocuklar babaya ait. Annenin burada çocuklar üzerinde hiçbir hakkı yok. Çocuklar babanın ailesine ait. -İkinci karısı nasıl?

İKİNCİ EŞ (KADIN) İyi.

BEŞİNCİ ÇOCUK İyi.

HELLINGER Onların hepsi sizin kardeşleriniz.

ALTINCI ÇOCUK Biraz fazla kadın var.

HELLINGER Senin için öyle. İkinci koca nasıl?

İKİNCİ KOCA Sanıyorum buradaki bu uçurum rastlantısal değil. Ama böyle tamam.

HELLINGER İlk eş (kadın) nasıl?

İLK EŞ İyi.

HELLINGER İkinci kocanın çocukları nasıl?

YEDİNCİ ÇOCUK İlginç bir topluluk.

SEKİZİNCİ ÇOCUK İyi.

HELLINGER Brigitte’nin temsilcisine Kadın nasıl?

KADIN Ben iyi değilim. Boğulur gibi hissediyorum kendimi. Bu kadarı benim için çok fazla. Daha küçük bir halka istiyorum.

İLK ÇOCUK Ben babaya daha yakın olmak istiyorum.

HELLINGER Doğru.

Hellinger resmi değiştirir.

2. Resim

KADIN Böyle daha iyi. Yalnız kızları kaybetmiş olmaktan ötürü kendimi biraz üzgün hissediyorum. Onlara karşı güçlü bir duygu var içimde.

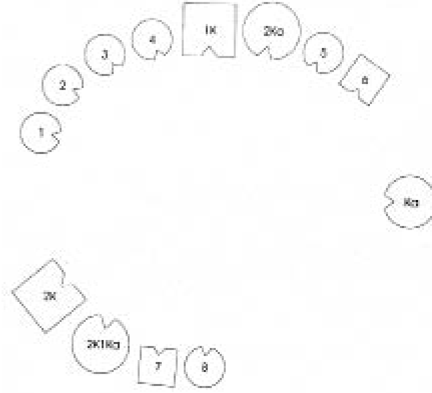
HELLINGER Şansını kaybettin. Kızlar ilk kocana, onun sistemine ait. Onları onun elinden alamazsın. Çocukları ona borçlusun.

BRIGITTE İkinci eşimden ayrılmak üzereyim.

HELLINGER Onun siteminde de yerin yok. Ne ilkinin ne de ikincisinin.

Hellinger çözüm resmini dizer.

3. Resim



HELLINGER Brigitte’nin temsilcisine Burada nasıl?

KADIN Burada da iyi.

HELLINGER Uygun.

KADIN Burada da tamam. Evet, daha iyi. Yeterince alan var.

İKİNCİ ÇOCUK İlk kez anneme karşı canlı bir duygu var içimde.

İLK ÇOCUK Şimdi onunla (anneyle) temas halindeyim.

HELLINGER Burada düşüncesizce gerçekleştirilen bir ayrılığın sonuçlarını görüyorsunuz. Bununla haklar kaybediliyor.

Brigitte’ye Kendi yerine geçmek ister misin?

Dizimde yerini alan Brigitte’ye Eğer istersen kendin için bir şey daha deneyebilirsin.

BRIGITTE Evet, ben aldatılanım.

HELLINGER Hayır, sen yalnızca kararının sonuçlarını taşıyorsun. Yoksa kızların taşıyacak.

BRIGITTE Sonuçları üstlenmek zorundayım. Ağlar.

HELLINGER Doğru. Ama buna rıza göstermedin.

BRIGITTE Evet, olabilir.

HELLINGER Doğru. Ama bu acı iyileştiricidir. Kızları anneyle barıştırır. -İyi mi böyle?

Brigitte başını sallar.

HELLINGER Tamam o zaman, bu kadar.

Gruba Burada gördüğümüz, kişi, Brigitte gibi, kendisi için bir şeyler yaptığında bunun sonuçlarından kaçamayacağıydı. Sonuçlara boyun eğmek zorundadır. Hem erkeğe haksızlık edilecek hem de çocuklar elinden alınacak, bu olmaz. Giden yalnız kalır. Çocuklar haksızlığa uğrayanın yanında kalır. Bu önemli bir ilkedir.

BRIGITTE Benim yüksek öğrenime başlama nedenim bir buçuk yıldır bir ilişkisi olmasıydı.

HELLINGER O da suçlu duruma düşmüş. Olayın bir yüzü de bu, ama diğerini ortadan kaldırmaya yetmez.

Kıskançlık ve denge

CLAUDIA Bu konuda bir sorum daha olacak. Brigitte eğitimine başlayıp bitirmiş. Ardından ayrılık gelmiş. Ama giden o değil, kocası olmuş. Ben böyle anladım.

HELLINGER Bunun bir önemi yok, çünkü işleyen dinamik açık. Her bir durumda nasıl ortaya çıkacağının önemi yok. Mesela kıskançlıkta kıskanan, diğerini gitme noktasına getirmek ister. Ama kalmasını istermiş gibi davranır.

Kıskançlık, insanın suçu kendi üzerinden başkasına atmanın yoludur. Kimin önce gittiği suç ve sonuçları açısından ayrıca bir rol oynamaz. Gitmek bu durumda kişinin diğeri için iyilikseverce yapılmış bir hizmeti olabilir. Ama birisi evliliğinde evlilikle hiçbir ilgisi olmayan bir şey yapar, karşısındakini de bunu ödemek zorunda bırakırsa ilişkiyi bitirmiş olur. Yüksek öğrenimini kendisi ödediğinde farklıdır. Brigitte'ye Sen mi ödedin?

Brigitte başıyla onaylar.

HELLINGER O zaman erkeğin ödemesi durumunda harekete geçecek olan dinamikle aynı şey değil. Erkek karısının eğitimini karşıladığında kadın her zaman gider. Kadın kocasının eğitimini karşıladığında erkek her zaman gider. Çünkü ortada eşitlik kalmamıştır. Kadın yüksek öğrenim yaptığında ve bunu ana babası ödediğinde bir şey olmaz. Erkek yüksek öğrenim yaptığında ve bunu ebeveyni karşıladığında da bir şey olmaz.

Ama senin durumunda başka bir dinamik daha söz konusu. Senin durumunda eğitim ilişkiden çıkma çabası haline gelmiş. Kocanın ilişkisinin öcünü alma olmuş. Burada da denge söz konusu. Soru, kimin kime daha fazla acı verdiği? Onun mu sana, yoksa senin mi ona? Öcün büyüğü nerede? Olumsuz telafiye ilişkin daha önce sorduğun soru da buna dayanıyor. Kendi durumuna her nasıl uyarlarsan bunu da hesaba katman gerek.

Suçsuzluk ve intikam

En tehlikelisi suçsuz olandır. Suçsuz olanın öfkesi daha büyüktür ve bir ilişkide en yıkıcı biçimde davranan da odur. Çünkü kendisini haklı hisseder. Ölçüyü kaçırır. Suçlu olan boyun eğip durumu onarmaya çok daha hazırdır. Barışma genellikle suçlu olanla değil suçsuz olanla başarısızlığa uğrar. Bunu böylece bırakabilir miyiz?

Sadakatsizlik ve sadakat

THEA Benim hâlâ kafamı kurcalayan şey şu; Brigitte kocasının bir buçuk yıllık ilişkisinin ardından psikoloji okumuş. Yine de dizimde kızları üzerindeki hakkını kaybettiği ortaya çıktı. Bu kadın olarak beni etkiledi, çünkü haksızlık olarak algıladım.

HELLINGER Haksızlık mı? Göz ardı ettiğin, suçsuzun işlediği suç. Çünkü öfkeli olup kötülük edenler suçlular değildir. Suçsuzlardır. Suçlu olan karşısındakine öfke duymaz genelde. Suçsuz olansa duyar, çünkü buna kendisinde hak hissediyordur. Onun işlediği suç da özellikle kötüdür, çünkü suçsuzluk ve haklılık kisvesine bürünür.

İnsanın bir ara bir ilişkisi olmasında bu kadar kötü olan nedir? Nedir bununla yara alan? Suçsuz olan, diğerini sürekli kendine saklamaya hakkı varmış gibi davranır. Bu haksız bir taleptir. Onu kazanmaya çalışmak yerine ona zulmeder. Diğeri bunun üzerine geri mi dönecektir? Artık yapamaz bunu. Suçsuz olan öcünü ölçüsüzce aldıktan sonra suçlu olan artık ona dönemez. Onun için ben daha insani olandan ve ölçüden yanayım.

Sadakate saygım büyük. Ama böylesine değil. Sadakat sevginin sonucu olmalı. Çoğu zaman dayatılan talep şudur: Senin için anlamı olabilecek yegâne insan benim. Ama insan sıklıkla kendisi için önemli olan başka birisiyle karşılaşır. O zaman da karşısındakinin onun peşine düşüp zulmetmeye hakkı yoktur. Durumun nasıl olduğunu gözetmek zorundadır, o zaman belki herkes için iyi olan bir çözüm bulunabilir. Ama bu ancak sevgiyle yapılabilir. Açıkça ifade edebildim mi?

Bir görüş daha sunayım sizlere. Eşlerden birinin diğeri için verdiği savaş, enerjisini çoğu zaman annesini kaybetmekten korkan bir çocuğun korkusundan alır. Sadakat talebi eşten çok anneye dayatılmaktadır. Eşlerden birinin sadakati de, özellikle de özverili ise, çocuğun annesine sadakatinin erkeğe ya da kadına aktarılmış biçimidir. Gerçekdışı bir şey barındırmaktadır içinde.

Size bir örnek. Bir erkek bana nişanlandığını yazmıştı. Ama nişanlısı ona duyduğu sevginin yalnızca bir aktarım olduğunu, erkekten bağımsız olmak ve başka ilişkilere de girmek istediğini söylemiş. Adamsa ona sadık kalıp kadın yeniden kendisine dönene dek beklemek zorunda olduğunu düşünüyordu. Ona aşağı yukarı şu anlama gelen bir mektup yazdım:

Nişanlına, çocukların annelerine karşı duydukları bağlılığı gösteriyorsun. Bu nedenle duygun da seni aldatıyor. -O seni hak etmiyor.

Verdiği yanıtta kendisini birdenbire özgürleşmiş hissettiğini söylüyordu. Nişan yüzüğünü anında çıkarmış ve yeniye hazırmış artık.

Üstlenilen intikam

UTE Bir yandan aklım hâlâ Brigitte'nin sisteminde. Özellikle de böylesi düzen ilkelerinin nasıl da katı bir biçimde işlediği ve yalnızca senin tarafından diziliyor görünse de açıkça doğru olduğunda. Bu beni etkilemeye devam ediyor.

İşin diğer yanı kendim ve annemle ilgili. Evliliğimde -çok kısa süren bir evlilik geçirdim- ben de aldatıldım ve ayrıldım. Kendimi bütünüyle suçsuz hissediyordum, bu da beni annemle özdeşleşmeme getiriyor. O da benzer bir şey yaşamıştı. Babam annemi ve hasta olan erkek kardeşimi dinlenmeleri için annemin ailesinin yanına gönderirken niyeti iyiydi. Bu sırada sekreteriyle ilişkiye girdi ve ondan bir çocuğu oldu. Annemden babama karşı beslediği intikam duygusundan bir parça alıp üstlendiğimi düşünüyorum. İç yakan yeni bir şey bu ama burada da bırakabilirim.

Suçsuzluk üzerine düşünmek

KARL Demin saate baktım da, iş günü sona ermek üzere, bense kendimi enerji dolu hissediyorum.

Az önce kullandığın, suçsuzların daha tehlikeli olduğu ifadesi içime oturdu. Etkisi çok güçlü ve işlemeye devam ediyor.

Anneye armağanlar

CLAUDIA Heyecanlıyım. Aklım annemde. Wolfgang az önce ayrıldı, çünkü yarın doğum günü olan annesine gidecek. Yarın benim de annemin doğum günü ve oraya gitmemek için ipe un seriyorum. Bu aslında sen dün… Ağlamaya başlar.

HELLINGER Dinle! Bu kurstan ona ne armağanlar götürdüğünü düşünebilirsin. Bu güzel bir fırsat olabilir. Ama bilmesi için armağanlar götüreceğini ona önceden haber vermelisin. O zaman için rahat bir şekilde burada olabilirsin yarın. Anlaştık mı?

CLAUDIA Güler Şimdiye kadar hiç böyle bir şey yapmamıştım ama bu fikri beğendim.

Krizlerin en kolay çözümlendiği yer uç noktalardır

ROBERT Biraz huzursuzum, çünkü önümde alınması gereken bir karar var: Oğlumla kalıp evi eşime bırakıp bırakmayacağım.

HELLINGER Bunun için henüz çok erken. Bir krizin üstesinden en rahat biçimde kriz gelip sınıra dayandığında gelinir.

Bir zamanlar büyük bir okulun yöneticisiydim. Arada sırada krizler yaşanırdı. Ama günlerce suyun iyice ısınmasına seyirci kalırdım, kriz doruğuna ulaşana dek. O noktada kolayca çözülürdü. Kriz tepe noktasına ulaştığında çözümü gayet kolaydır.

ROBERT Vermem gereken bir karar var: Karıma ne zaman yeniden gideceğim. Teklifte bulundu o, yani iletişim istiyor. Ama ben üç aydır aramadım, istemedim çünkü.

HELLINGER İletişim kurabilecek hale gelene kadar bekle. Adım atma sırası sende. Ama her durumda temas kur!

ROBERT Bunun farkındayım. Soru yalnızca ne zaman ve nasıl olacağı.

HELLINGER Zamanı geldiğinde hemen fark edersin. İnsan doğru kararın ne olduğunu bilse bile uygulamaya geçmek için önce güç toplamak zorundadır.

ROBERT Beklemek zor geliyor.

HELLINGER Savaşçı değilsin çünkü. Savaşçılar böyle yapar. Savaşta bir saldırı sırasında düşmanın elli metreye kadar yaklaşmasının beklenmesi gerekir. Çok zordur bu. Doğru. Daha bir kilometre öteden topa tutmak daha kolaydır. Ama ne getirir ki bu?

Dizim: Öteki resim

FRANK Boşanmam konusunda bir soru daha geldi aklıma. Dizimlerden birinde babayı temsil ederken, Brigitte'de olduğu gibi, çocukların yerinin her zaman babanın yanı olduğu dikkatimi çekti. Belki bunun benim için de bir anlamı vardır?

HELLINGER Hayır, bunun senin çocuklarınla ilişkinde bir önemi yok. Yalnızca dizimi yapılan durumda böyle olması söz konusuydu. Senin durumunda ne olduğunu bilmiyoruz. Ama eğer araştırmak istiyorsan aileni dizebilirsin.

FRANK Dizmek isterim.

HELLINGER O zaman hemen yap. Biraz zamanımız var hâlâ.

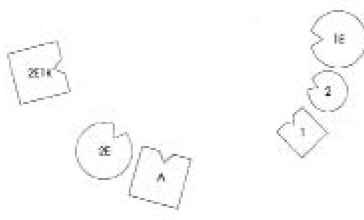
FRANK Ayrıldığım eşim, ben, iki çocuğum ve birlikte olduğum, buraya da benimle gelen Dagmar var.

HELLINGER Aranızda daha önceden evli olan var mı?

FRANK Dagmar evliydi.

HELLINGER Onun kocasını da alacağız.

1. Resim



A Adam (=Frank)

1E İlk eşi, 1-2'nin annesi

1 İlk çocuk, oğul

2 İkinci çocuk, kız

2E Evli olmadığı ikinci eşi (=Dagmar)

2E1Kİkinci eşin ayrıldığı kocası

HELLINGER Adam nasıl?

ADAM Şimdiki eşim yanıma geldiğinde içim ısındı. Biraz çocuklarımı özlüyorum.

HELLINGER İlk eş nasıl?

İLK EŞ Bilemiyorum.

İLK ÇOCUK Burada, durduğum yerde babayla aramda hiçbir temas yok. Babama doğru hareket edecek olursam annemle de teması kaybedeceğimi hissediyorum.

HELLINGER Nasıl olacağını görmek için babana yaklaş.

Oğul babanın yanına geçer.

İLK ÇOCUK Bu daha iyi. Böyle annemle de daha fazla temas halindeyim.

İKİNCİ ÇOCUK Burada iyiyim. Ama kendi başıma bir şeyler yapmak istiyorum.

İLK EŞ Gözlerime inanamıyorum.

HELLINGER Kıza Erkek kardeşinin yanına geç!

İlk eşe Dışa doğru dön! Böyle nasıl?

İLK EŞ İyi.

ADAM Bu benim için de çok iyi.

HELLINGER İlk eşe Öne doğru bir adım daha at! Böyle nasıl?

İLK EŞ İyi.

İKİNCİ EŞİN İLK KOCASI Bütün bu insanlarla bir ilgim yok. Ama ilk eşime doğru hâlâ gerilim hissediyorum.

İkinci eş güler. Hellinger resmi değiştirir.

2. Resim



HELLINGER Frank ve Dagmar'a Şimdi dizimdeki yerlerinizi alın.

Kıza Orada iyi misin?

İKİNCİ ÇOCUK İyiyim ama içimde buradaki diğer kadına karşı biraz öfke olduğunu düşünüyorum.

HELLINGER Tabii, elbette! Onun karşısında anneni temsil edeceksin.

İLK ÇOCUK Onu ben de özlüyorum.

İLK EŞ Ben şimdi neler olduğunu da merak ediyordum. Yeniden aileden yana döner.

HELLINGER Aileyi böyle uzaktan görmek nasıl bir şey?

İLK EŞ Daha bütün.

FRANK Ağzım açık kaldı.

HELLINGER Bu yalın ve açık bir çözüm. -Tamam, bu kadar.

FRANK Yerine geçip oturduktan sonra Toparlayamıyorum. Birkaç nokta şimşek gibi çaktı zihnimde.

HELLINGER Yalnızca sevin buna! Sevinç duyman bütünüyle yeterli.

FRANK Kendimi güvensiz hissediyorum.

HELLINGER Sen de güvensizce sevinç duy o zaman. -Kimi zaman içinden saç teli çıkana dek çorbanın tadına varamayız. Saçın kaşığa gelmemesine dikkat edebilir, yine de çorbayı silip süpürebiliriz.

Tamam, sende yaşanan hep aynı. Mutluluk korku veriyor. Ve mutluluk sorumluluk getiriyor.

FRANK Sorumluluk üstlenmeden önce bunu açığa kavuşturmam gerektiğini düşünüyorum.

HELLINGER Durum açık, karın kendi ülkesi ve sistemine geri dönüyor, çocuklarsa seninle kalıyor. Bunu görmek onun için son derece hafifleticiydi.

FRANK Ben kendimi her zaman suçlu hissettim.

HELLINGER Bunu görmek benim için de rahatlatıcıydı. Senin için sevindim. Burada suçtan söz etmemize hiç gerek yok. Söz konusu olan dinamik. Bu şekilde gelişiyor ve böylesi de doğru.

Gruba Pekâlâ, bugünlük bu kadar.

3. GÜN

Paylaşım

Paylaşım, katılımcıların söz alarak o ana dek yapılan çalışmaların kendi üzerlerindeki etkisini dile getirmeleri ve o anda zihinlerinde henüz açığa kavuşmamış noktaları anında çözümlemek üzere sorularını sormaları anlamına gelir. Diğer katılımcılar bu sırada müdahale etmeksizin ya da bir şey söylemeksizin yoğunlaşmış bir halde izlerler. Böylece kişinin diğerlerinin gözlem ya da itirazlarını dikkate alması gerekmeyecektir. Ancak diğer katılımcılar konuşan üzerinde yoğunlaşmış bir muhatap etkisi oluşturur. Zira sözü alan kendi gelişiminden çok kendini haklı çıkarma ya da suçlamaya hizmet eden bir yöne saptığında grup huzursuz olur. Bu durumda grup yöneticisi süreci keser ve bir sonrakine geçer. Ancak birisi kendisi için önem taşıyan bir konu üzerinde çalıştığı sürece, bu ne kadar uzun sürerse sürsün diğer herkes dikkatli ve yoğunlaşmış bir halde kalır.

Bir kişi için anlamlı olan herkesi etkiler. Birisi kendisi için temel önemde olan bir şeyin farkına vardığında ya da çözdüğünde kendileri grup içinde çalışmak zorunda kalmaksızın diğerleri de onun örneğinde öğrenirler.

Başlangıçta bu halka konuşmaları çoğunlukla oldukça kısa sürer. Bir kursun sonlarına doğru ise süreleri giderek uzar. Çünkü bu çoğu kişi için çözümü üstlerinde baskı yapan bir şeyin çözülmesi için son fırsattır. Bu bölümde, biraz kısaltılarak böyle bir halka konuşmasının nasıl olduğu gösteriliyor.

Üstlenilen semptomlar

ANNA Ben iyiyim. Benim için birçok şeyin akış kazandığını, bazı şeylerin de açıklık kazandığını hissediyorum. Birisiyle, hatta muhtemelen birçok kişiyle özdeşleştiğimi anladım…

HELLINGER Hayır, genelde tek bir kişiyle özdeşleşilir. Özdeşleşilen birçok insan varsa kişi aklını yitirir.

ANNA İşte olduğunu tahmin ettiğim ya da anladığım özdeşleşme büyükannemle olandı. Bunu bedensel olarak hissettim. Arada bir kötü bir şekilde, yalnızca göğsümün üst kısmıyla nefes almaya, derin solumamaya eğilimliyim. Bunu kendimden biliyorum; korktuğumda ya da bir çatışma sırasında nefesimi tutuyor, bedenimi küçültüyorum. Büyükannemle bir anım geldi aklıma. Büyük bir takip edilme korkusu vardı. Çocukken onun için birilerinin saklanıp saklanmadığını görmek üzere sağa sola bakmak zorunda kalırdım her zaman. Sanıyorum bu korkuyu fazlasıyla üstlendim. Çocukken de benzeri durumlarda nefesimi tutardım.

HELLINGER Böyle durumlarda ne yapılır?

ANNA Herhalde nefes alınır.

HELLINGER Nineye sevgiyle bakılır ve “Nefesimi senin için tutuyorum” denir. Oldu mu? İşledi mi içine?

ANNA Deniyorum

HELLINGER Sevgiyi hissediyor musun? Eğer yüzeye çıkmasına izin verirsen seni özgürleştirir. Söylemek istediğin başka bir şey var mı Anne?

Musevi kökeni

ANNA Evet. Bu sabah ilk kez babamın ebeveynine ilişkin olarak öldükleri ya da yaşamlarını yitirdikleri değil de öldürüldükleri ifadesini kullanmaya razı olabildim.

HELLINGER Kim tarafından?

ANNA Nazi döneminde. Musevi bir aileden geliyorum ben.

HELLINGER Bu her zaman çok, çok anlamlıdır. -Musevi bir kadın bir Almanla evlenemez.

ANNA Ben bir Almanla evlendim.

HELLINGER Olmaz. Musevi bir kadın bir Almanla evlenemez.

ANNA Bana nedenini söyleyebilir misin?

HELLINGER Yürümez. Yürüdüğünü bugüne dek görmedim. Tersi olur, bir Musevi, Alman bir kadınla evlenebilir. Öteki türlüsü yürümez.

JOHANN Bunun bir açıklaması var mı yoksa yalnızca yürümez mi diyorsun?

HELLINGER Açıklamıyorum. Bu böyle.

Anna'ya Başka örneklerini gördün mü?

ANNA Evet.

HELLINGER Gördün mü?

ANNA Gördüm.

HELLINGER Pekâlâ, belki de bu ifadeyi gözden geçirmem gerekiyor.

ANNA Ama sorunun bilincindeyim.

HELLINGER Musevi bir kadının Musevi olmayan biriyle -bu elbette Almanlarla daha da zordur- ilişkisi ancak kadın Musevilikten çıkarsa yürür. Ama Musevi bir erkek bunu yapamaz. Museviler arasındaki kader birliği başkalarından çok daha güçlüdür; onun için de genelde böyle bir şey yürümez.

ANNA Neden durumun Musevi bir erkekte farklı olduğunu düşünüyorsun?

HELLINGER Bu dün söylediğim bir şeyle ilintili; kadının erkeği izlemek zorunda oluşuyla. İnancından çıkmadıkça Musevi bir kadın bunu yapamaz. Musevi olmayan bir kadın Musevi bir erkeği izleyebilir, ama tersi olmaz.

GEORG Museviliği sürdüren de kadınlar değil midir? Böylece çocuklar kendiliğinden babanın ailesinden ayrılırlar.

HELLINGER Bu her şeyden önce Musevi kadının Musevilikten ayrılmaksızın Musevi olmayan bir erkekle evlenememesiyle ilişkili: Musevi olmayan bir kadınınsa Musevi inancından ayrılmayan bir erkeği izleyebilmesiyle. Burada bu geçerli değil. Mevcut olan değerler sistemine bağı bunu Musevi kadında engeller. Ama bu nedenlerden yalnızca biri. Burada pek çok neden iş başında. Genelde bu ilişki yürümez ve bundan ötürü de insanın kendisini aldatmaması gerek.

ANNA Ama ben bu adamı seçtim. Ancak işi karmaşıklaştıran, kocamın rahiplik adaylığıydı. Kendisi Katolik bir teolog da. Evlenmesi annesi tarafından kararlaştırılmamıştı.

HELLINGER Pekâlâ, bu çözülebilir. Onu bırakman için neden değil. Zorluk daha çok sende, kendi ebeveynin ve alınyazında. (Anne eşinden ayrı yaşamaktadır.)

ROBERT Belki burada Museviliğin oranı da belirli bir rol oynuyordur. Belki yalnızca yarı yarıya ya da dörtte bir Musevi olmak?

HELLINGER Şimdi ayrıntılara girmek istemiyorum. Burada hangi güçlerin iş başında olduğunu hissetmek söz konusu. Bireyler tarafından yaşanılanın ise incelenmesi gerek.

Anna’ya Verdiğin, önemli bir bilgi. Şimdi aileni dizmek daha kolay olacak.

Doğru ölçü

IDA Çarpıntım var biraz. Sormak istediğim soru ise, doğru ölçüyü nasıl bulacağımız?

HELLINGER Doğru ölçü mü?

IDA Evet, doğru ölçü.

HELLINGER İçsel bir yönlenme var. İnsan buna dikkat ettiği ve merkezinde yoğunlaştığında ölçü taşıyor mu yoksa doğru mu, hisseder. Bazen ölçüyü aklımızla koyarız, bu çoğu zaman yanlış ölçüdür. Sözgelimi insan güçlü bir duyguya kapıldığında, dün ya da daha önceki gün Ute'nin annesine karşı hissettiği gibi ve kendisini bu duyguya bıraktığında bu duygu ölçüyü gösterir. Kişi o zaman hiçbir şekilde ölçünün dışına çıkamaz.

İnsan Wilhelm'in kurban olduğu duygusu gibi bir duygu hayal ettiğinde durum farklıdır. Sahte bir duygudur bu. O zaman ölçüyü aşar. Çünkü yoğunlaşmamıştır. Ama doğrudan bir durumdan doğan duygu ölçüyü de beraberinde getirir. İnsan bunun ölçüsüz olduğunu düşünse de bu böyledir. Birden tam olarak hissedilir: Böyle iyidir. Bu şekilde ölçü başka durumlarda da bulunabilir.

Kimileri ölçünün küçüğünün büyüğünden daha güvenli olduğunu düşünür. Hayır, sadece doğru ölçüdür güvenli olan.

IDA Bu demek oluyor ki denge söz konusu olduğunda insan önce herkes için uygun olan ölçüyü bulmak için bir süre beklemeli.

HELLINGER Ölçü bir konu, iş ya da insanla etkileşimden doğar. Önceden düşünülemez.

Üzerinden yük kalkmış

WILHELM Ben çok iyi uyudum ve zamanım birden şaşırtıcı ölçüde çoğaldı.

HELLINGER Çok iyi.

WILHELM Başkaca, iyiyim.

Bedel

HELLINGER Sen nasılsın Klara?

KLARA İyi. Oldukça bitkinim.

HELLINGER Evet, elbette.

KLARA Sana bir şey sormak istiyorum. Dün konu telafiden açıldığından bu yana geçirdiğim kazayı düşünüyorum. Dokuz yıl önce ağır bir trafik kazası geçirdim ve bu kaza konusunda telafiyi hep o zamanki ilişkim çerçevesinde gördüm. Kazayı bir adamla birlikte geçirdim. Dün aklıma kazanın somut bir şekilde ailemle de bir ilgisi olup olmadığı geldi.

HELLINGER Olabilir.

KLARA Aileyle mi ilgili?

HELLINGER Evet. -Bununla şimdi ne yapıyorsun?

KLARA Bilmiyorum.

HELLINGER Kazanın sonuçları artık değiştirilemez. Bunları taşımak zorundasın. Ama dün yaşananları, sana ait herkesi içeri aldığını, bunun da iyi olduğunu hatırlayarak bu sonuçları yumuşatabilirsin. Geri kalanı da kaderin olarak alırsın.

Gruba Burada travma, kazalar ya da ağır kaderler üzerine bir şey söylemek istiyorum. İşkenceye uğrayanlar ya da konsantrasyon kamplarından kurtulanlar gibi ağır kaderi olan çoğu insan çoğu zaman en önemli olanı gözden kaçırır. -En önemli olan nedir?

KLARA Hayatta kalmış olmaları.

HELLINGER Sonunun iyi bittiği. Ve bunu almak en zorudur.

Bir keresinde biri aramıştı beni. Bir seyahat grubuyla Rodos'a gitmişler. Antik bir su kanalından geçmişler. Geçit darmış. Tam ortasında adam panik atak geçirmiş. İnsanları ite kaka kendini dışarı attığı gibi otele dönmüş. Orada bir panik atak daha geçirmiş. Derhal geri dönmüş ve o gece evinde bir atak daha geçirmiş.

Durumu bana bu şekilde anlattığında ona bunun doğum anısı olduğunu, kurslardan birinde yer olması halinde onu da alacağımı, bu durumu temizleyebileceğimizi söyledim.

Bir kursa katıldı ve dünyaya gelişini bir kez daha yaşadı. Ama bunun ona bir yararı olmadı. Doğumunda ne yaşandığını sordum. Annesinin kan kaybından ölümün eşiğine geldiğini söyledi. Tamam, diye yanıtladım, "Diz çök, duvara bak, anneni gözünde canlandır ve ona 'Bunu ödediğin bedel pahasına alıyorum' de." Yapamadı. Bu onun için fazlasıyla büyük bir şeydi. Üç gün sonra sonunda söyleyebildi ve bu iyiydi. Böyledir.

Klara'ya Bu senin diziminde eğilmenin taşıdığı anlamdı. Onu herkesten ödediği bedel pahasına aldın. Ve hepsi de sana karşı dostçaydı, değil mi? İşin bir de bu yönü vardır: Birisi bir bedel ödemişse bunun boşuna olduğunu görmek istemez.

KLARA Kazanın bedel olduğunu mu söylemek istiyorsun?

HELLINGER Hayır. Yaşamın için başkaları bedel ödedi ve ödedikleri bedelin boşa gitmediğini görmek istiyorlar. Dolayısıyla yaşamını başkalarının ödediği bedelle alır ve ondan iyi bir şeyler çıkarırsan onlar da ödedikleri bedelle barışmış olurlar. Ama kendini kötü olmaya bırakırsan bedel boşa ödenmiş olur. Anladın mı?

KLARA Evet.

HELLINGER İyi. Başka bir şey var mı?

KLARA Teşekkürler.

Temel duygu ve onu körükleyen

SOPHIE Dün gece iki bölüm halinde ve iyi uyudum. Gerçekten derin bir uyku evresinin ardından uyandım, önce çok sakindim. Derken beni sarsan bazı şeyler yüzeye çıktı. Doğrudan aileyle ilgili sorularım yok ama birdenbire kuvvetle, bugün kendimi bu kadar iyi hissetmemi annem öldüğünde babamın yanındaki güvenli konumuma borçlu olduğumu hissettim.

HELLINGER Annen ne zaman öldü?

SOPHIE Yedi yaşındaydım. Kardeşlerimin durumu o kadar iyi değildi.

HELLINGER İnsanlara baktığınızda temel duygularının derinliğini anında ölçebilirsiniz. Bu, kişi en düşük ölçüde stres istediğinde gerilediği duygudur. Daha mutlu olduğunda daha büyük bir stres altındadır, daha mutsuz olduğunda da öyle. Eğer sıfırdan eksi yüze -ki bu en aşağıdır- ve sıfırdan artı yüze uzanan bir temel duygu ölçeği canlandırırsanız insanları temel duygularına göre sınıflandırabilirsiniz. Sen temel duygunda aşağı yukarı eksi ellidesin.

Temel duygusuyla ölçeğin eksi kısmında olanın ebeveyninden biri eksiktir. Sözgelimi Anne temel duygusunda artıda. Wilhelm ekside. Klara alışılmadık bir biçimde yukarılarda yer alıyor. Temel duygu değiştirilemez derler ama ben nasıl değiştirilebileceğini buldum.

SOPHIE Gülerek Umarım bu konuda bir şeyler söylersin bana.

HELLINGER Söylemeyecek olsam bu uzun girişi yapmazdım. Eğer eksik olan ya da dışlanmış ebeveyn içeri alınırsa temel duygu yetmiş beş puan yükseliyor.

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Sophie'ye Eğer yedi yaşındayken anneni kaybettiysen eksikliğini yaşarsın. Bu çok açık. Ama ona yer vererek bunu telafi edebilirsin. Ebeveyninden birini erken yaşta kaybeden bir çocuğun çok zayıf olduğu için yas acısını kaldıramayacağını bilmelisin. Çocuk bunun yerine tepkisini öfkeyle verir. Bu da yasın bir biçimidir. Daha sonra yas tutmak istediğinde tutamaz, bunun yerine öfke duyar. Sonra da utanç. Yasın çocukça biçimidir bu. Ebeveyn bunun yasın çocukça biçimi olduğunu bilir. Annen bunu anlardı. -Neden öldü annen?

SOPHIE Bir ameliyat sonucu. Aslında ruhsal olarak hastaydı. Her zaman hastaydı ve bir daha da iyileşemedi.

HELLINGER Seninle basit bir alıştırma yapmak istiyorum, öyle dramatik bir şey değil. Annen ve ona beslediğin sevgiyle temasa geçmen için. Ama yalnızca sen istersen.

SOPHIE Biraz ürkütücü benim için.

HELLINGER Önemli bir şeye yaklaşmak her zaman korkutur. Ama çok rahatlatıcı ve gayet basit bir şey.

SOPHIE Peki.

Sevgiyle gelen barış

HELLINGER Klara'ya Alıştırmada yardımcı olarak seni alabilir miyim?

KLARA Evet.

HELLINGER Sırt üstü yere uzan, gözlerini kapa ve öylece yat.

Sophie'ye Şimdi sen de yanına, biraz ötesine uzan, başın onunkiyle aşağı yukarı aynı hizada olsun. -Çocuk olarak hasta annenin yanına uzanıp ona doğru sevgiyle baktığını hayal et. O yana bak! Derin nefes al, ağzını açık tut! Onu hastalığında görüyorsun. Sevgiyle bak!

Sophie şiddetle nefes alır, acısını hissederek açık gözlerle ağlar.

HELLINGER Sevgiyle! -Çocukken annene nasıl seslenirdin?

SOPHIE “Anneciğim”.

HELLINGER “Sevgili anneciğim!” de.

HELLINGER “Sevgili anneciğim.” -Olanca sevginle! -Olanca sevginle “Sevgili anneciğim!” de.

SOPHIE Sevgili anneciğim!

HELLINGER Gayet sakin söyle!

SOPHIE Sevgili anneciğim!

HELLINGER “Sevgili anneciğim, kutsa beni!” de.

SOPHIE Sevgili anneciğim, kutsa beni!

HELLINGER Bir süre sonra yasın yatışmasının ardından. Bu kadar.

Gruba Yüzünün nasıl ışıdığını görüyor musunuz? Güzel. -Psikoterapide böyledir. Temel yöntem sevgiyle ulaşılan çözümdür. Sevgi üzerindeyseniz yolunuza devam edebilirsiniz.

Gizli mutluluk

HARTMUT Hellinger'e Benim temel düzeyini nerelerde görüyorsun?

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Tuhaf bir şekilde daha çok artıda.

HARTMUT Şaşırtıcı ama sevindirici de bu benim için.

HELLINGER Temel düzeyinin ne olduğunu herkes anında bilir. Bunu duygusundan okuyabilir.

HARTMUT Kendimi çok hüzünlü bir insan olarak görüyorum. Hüznün de insanı eksiye götürdüğünü düşünürdüm.

HELLINGER Hüzün, gizli mutluluğu korur.

HARTMUT Güler İyi. -Çok şey öğrendim ve şükran duyuyorum. Burada, ortamda yaşanan dalgalanmaları da iyileştirici olarak algılıyorum. Böyle bir kursa ilk kez katılıyorum ve benim için bütünüyle yeni olan, çok yardımı dokunan olan bir şeyden söz etmek istiyorum.

HELLINGER Tamam.

Öteki bilgi

HARTMUT İçimizde olup bitene ilişkin doğrudan bir biliş ya da sözcüklerle aktarılmayan doğrudan, anlıksal bir idrak olması benim için yeniydi. Böyle bir bilginin varolduğu yeniydi benim için. Bu beni anında aydınlattı, yoksa senin söyleyip ortaya koyduğun, dışsal aile gerçekliğiyle bu kadar kuvvetle çelişen her şey paradoks ya da en azından varsayım gibi gelirdi bana. Bu birincisi.

İkincisi, on yıllar boyunca aile bireyleri arasında gidip gelen, tam mesajını iletecekken de yığılıp kalan bir elçi gibiydim. Bu sırada kendi konularımı ihmal ediyordum. Her zaman olağanüstü bir enerjiyle barıştırma çabalarına giriyor, şimdi artık anladığım kadarıyla varolmayan ya da temel önemi olmayan düzenleri yeniden sağlamak istiyordum. Burada ilk kez seninle ve yapılan çalışmayla babama kişisel bir çatışma olmaksızın yönelebileceğimi öğrendim. Benimle yüzleşmekten kaçındığı için babama korkunç bir kin duyuyordum. Ne kadar kışkırtırsam kışkırtayım bütün yaşamımda ondan gelen tek bir yönlendirme cümlesi olmadı. Yağmurluğa sarınmış bir ruhu vardı, onun için derin bir öfke duyuyordum ona karşı. Beş yıl önce ölmüş olmasına rağmen şimdi artık ilk kez onunla ilişkimi düzenlemenin bir yolunu görüyorum. Ondan sonsuza dek vazgeçmek zorunda olmadığımı bilmek özgürleştirici bir şey. Çünkü ben kuşkusuz onunla en fazla ilgilenen, onun da en fazla uzaklaştığı insanım.

Üçüncüsü -henüz bitmedi söyleyeceklerim- saldırganlık, öfke gibi dışsal şeyleri yaşamımda kullanmadığım, savaşını vermediğim için çok şey kaybettiğim gerçeğiyle de barıştım. Bir şekilde saldırgan olarak, savaşarak bunu telafi etmem gerektiğini düşünürdüm. Şimdiyse henüz açık seçik olmasa da gücü ve bende bu bastırma işiyle bağlı olan enerjiyi kazanmanın içsel bir yolu olduğunu görüyorum.

Almadan vermek

HELLINGER Öfke çoğu zaman sevgisiz bir yaklaşım yoludur, bundan ötürü de yaklaşmanın ucuz bir biçimidir. Sevgiyle yaklaşmak, hedefe ulaşıldığında öfkeyle yaklaşmaktan çok daha zorludur.

HARTMUT Güncel yaşamımda yakınımdaki pek çok insandan onları baskı altına aldığımı, sevgimle zorlayıcı olduğumu, onların sevgimi beklemesine, istemesine fırsat vermediğimi işitiyorum…

HELLINGER Her şeyden önce almıyorsun. Almadan veren başkalarına "Benden çok sen borçlu hisset kendini" demektedir. O zaman da karşısındaki ona kızar, haklı olarak. Vincent de Paul diye birisi var, duydun mu adını?

HARTMUT Yalnızca duydum, incelemedim. Paris'te yaşayan bir azizdi, olumlu anlamda bir insan sevgisi uzmanıydı. Bir dostuna uzun yaşam deneyiminden bir sır vermişti: "Sana yardım etmek isterlerse dikkatli ol!" demişti.

HARTMUT Bu güvensizliği yaşıyorum ben ve acısını çekiyorum.

HELLINGER Haklı olarak. Sana bir şey söyleyeyim, küçük bir özdeyiş: Kimi yardımcılar, dünyayı arka ayaklarında yuvarladığını sanan skarab benzer.

Grupta gülüşmeler

CLAUDIA Skarab nedir?

HARTMUT Bok böceği.

HELLINGER Küre yuvarlayıcısı, doğru.

Yeni bir bakış açısı

ROBERT Dün karar vermem için henüz çok erken olduğunu söyleyişin iyi geldi. Beni yeniden yatıştırdı. Karıma karşı duyduğum kızgınlık ve öfkenin önceki günden beri kaybolduğunu fark ediyorum. Arasam bile yok bu duygular artık. Güler.

HELLINGER Ne korkunç!

ROBERT Evet, yepyeni bir bakış açısı. Bundan ne çıkacağını henüz bilmiyorum. Bekliyorum. Ama böyle iyiyim.

Boş bir ilişki ideali

JOHANN İçsel olarak huzursuzum, biraz heyecanlı, ellerim de terliyor. Dün bütün gün ruhsal olarak bilincimi yitirmiş gibiydim, akşama dek. Pek çok şey bir şekilde çok sinirime dokundu. Hâlâ biraz yönsüz olduğumu görüyorum. Pek çok şey sarsılıyor. Bütün bu aile senaryosu hikâyeleri, dizimler de: Anlamadığımı fark ediyorum. İlişki ideallerim de yıkılıyor.

HELLINGER Haklı olarak. -Bir dostum, psikoterapist Hans Jellouschek bu yakınlarda bu ideallerin etkisini çok güzel bir şekilde ele aldığı bir kitap yazdı. Kitabın adı, Çift Olarak Yaşama Sanatı [7].

JOHANN Hartmut'un söyledikleri arasında da bana hitap eden şeyler var. Ben de pek çok sevgi verirken almada büyük zorluklar yaşadım. Açılmak istiyorum ama bundan korkuyorum da.

Bir çift ilişkisinde vermek ve almak

HELLINGER Alan alçak gönüllüdür. Kendini geriye almak ve bir parça gücü bırakmak zorundadır. Karşısındaki o zaman verebilir, daha önce değil. Ama bundan güç de alır ve bu güçle kendisi de bir şey verir. Bu bir yanda mütevazı bir şeydir ama iki taraf da aynı düzlemdedir.

Çift ilişkisinde erkekte kadında eksik olan bir şey vardır, kadında da erkete eksik olan bir şey. Gerek verme kapasitelerinde gerekse alma ihtiyaçlarında eşittirler. Bu düzlemde bütünüyle eşittirler. Eşitliğin tıpkı bu düzlemde tam bir şekilde saptanmış olması gibi diğer düzlemlerde de böyle olmalıdır.

Bir ilişkide taraflardan biri diğerinden fazla verdiği, diğeri de daha fazla aldığı anda denge bozulur. Bundan ötürü çift terapisinde alınacak ilk önlem kimin daha fazla verdiğini ya da kimin daha fazla aldığını saptamak, ardından verme ve almayı yeniden dengeye getirmektir. Vermek ve almak söz konusu olduğunda kişi daha fazla vermekte mi yoksa almakta mı olduğunu kolaylıkla bilir.

JOHANN Benim kafamdaki düşünce, o zaman bütünüyle karşımdakinin eline düştüğüm.

HELLINGER Bu, korku. Çünkü karşındakine güvenmen gerekir. Buradan da ortaya çıkan şey, karşımdakine ancak karşılığını verebileceği ya da vermek isteyeceği kadarını vermemdir. Onu verdiklerimle boğacak olursam gider. Böylece daha başlangıçta vermenin sınırlarını çizen bir ölçü belirlenmiş olur.

Her ilişki kişinin bir şeyden vazgeçmek zorunda oluşuyla başlar, çünkü vermenin ve almanın ölçüsü sınırlıdır. Her ilişkide sınırlıdır. Kimileri bunun sınırsız olduğu bir ilişki peşinden koşar. Böyle bir ilişki yoktur. Bu yanılsamayı bir yana bırakan kendini mütevazı bir ilişkiye göre ayarlar ama bu ilişki mütevazı olduğu için mutluluk da getirecektir.

JOHANN Senin bana söylediğini kız arkadaşım da söylemişti.

HELLINGER Bak, görüyor musun!

JOHANN Bunu anlayabiliyorum.

HELLINGER Bir çift ilişkisinde verme ve alma konusunda takınılacak en iyi tavır nedir, biliyor musun? Karşındakinden somut bir şey istersin. Yani “Lütfen beni daha fazla sev” demezsin de -somut değildir bu- “Lütfen yarım saat benimle ol ve sohbet et” dersin. Böylece yarım saatin sonunda bir isteği yerine getirdiğini bilir. Ama tutar da “Lütfen her zaman yanımda kal” dersen, dileği ne zaman yerine getirdiğini hiç bilemeyecek ve kendisine aşırı yüklenildiğini hissedecektir. Bunlar yalın, iddiasız öğütler.

JOHANN Zihnimde açıklık kazandı konu.

HELLINGER Yukarıdan, zihinden de aşağılara doğru kayar zaten.

Baskıyı akıtmak

MARTHA Başımda büyük bir baskı hissediyorum. Gözyaşları ya da korku sanki, ne olduğunu bilmiyorum.

HELLINGER Sandalyeni buraya çek.

Martha iskemlesini alır ve Hellinger'in hemen karşısına oturur.

HELLINGER Rahatça yerleş.

Martha bedenini gevşetip güler.

HELLINGER Gözlerini kapa. Martha'nın başını usulca ileri doğru çeker. Nefes al! Elini Martha'nın ensesine koyup başını yavaşça sağa sola doğru sallar. Kollarını bana dola!

Martha kollarını Hellinger'e dolayıp usul hareketlerle sağa sola doğru sallanmaya koyulur.

HELLINGER Kendini nasıl geliyorsa öylece harekete bırak. -Sevginin aktığını ve aktığı yönü canlandır. -Daha güçlü!

Martha kuvvetle nefes alır.

HELLINGER Güçlü bir şekilde nefes ver! -Daha hızlı! - Kuvvetle nefes ver! -Daha hızlı!

Acı ortaya çıkar, Martha hüngür hüngür ağlamaya başlar.

HELLINGER Acı yatıştığında Şimdi artık ses çıkarmadan nefes al!

Martha daha sakin solumaya başlar.

HELLINGER Nasılsın?

MARTHA İyi. Geçti.

Din konusu

ROLF Danışanlarıma ilişkin bir güvensizlik duyduğum bir konu var. Durumları açıklık kazanır kazanmaz din konusuna geliyorlar. Bunun böyle olmadığı kimseyi görmedim henüz. Bu konuda kendimi hep çok geriye çektim ama şimdi farkına varıyorum ki daha fazla bir şeyler söylemek durumundayım.

HELLINGER Biz din konusuna gelmiyoruz.

ROLF Ama enerjilerini nereye yöneltsinler? Yaratıcılıkları, adanmışlıklarıyla ne yapsınlar?

HELLINGER Din sorusuna ilişkin hiçbir şey bilmiyoruz. Danışanların gelip bir sırra çarpıyorlar. Bu başka bir şey. Ama bazıları bilmek isteyerek sırrı zorlar. Böylece gücünü alırlar. Gerçekteyse sır onların karşısında geri çekilmektedir.

Yaşamını yitiren halalara tutulan yas

CLAUDIA Benim zihnimde aynı önemde olmayan iki şey aynı anda akıyor. Bazen biri ağır basıyor, bazen diğeri. Biri, babamın ailesiyle ilgili. Bunun bir önemi var mı, bilmiyorum: Aklıma iki halamın konsantrasyon kampında öldüğü geldi. Ağlamaya başlar.

HELLINGER Önemli tabii, hem de nasıl! -Konsantrasyon kampına nasıl düşmüşler?

CLAUDIA Savaşın kaybedilmesinin ardından bir Polonya kampına götürülmüşler. Ağlar.

HELLINGER Onlara saygıyla bak. Kaderleri karşısında saygıyla. Tamam mı? -Dizimi yaparken bu konuya döneceğim. Senin diziminde yer almaları zorunlu. O zaman onlardan sana gelen gücü göreceksin.

Özürlü çocukların ana babalarına -saygıyla- yardım etmek

KARL Bugün aklım fazlasıyla birlikte çalıştığım insanlarda ve sakat bir çocuk dünyaya getiren insanlara yardım etmeyi reddedişte. Demin sen yardımcılardan söz ederken çaresizliğimi giderek artan bir şekilde hissettim.

HELLINGER Sana ve işine büyük saygı duyuyorum. Çoğu insan, mutlu bir yaşamın büyüklük taşıdığı yanılsamasına sahiptir. Ama bu doğru değildir. Bu zorluk ve kendini özürlü çocukların bakımına vermede, sözüm ona mutlu bir yaşamın hiçbir zaman ulaşamayacağı bir büyüklük ve zenginlik vardır. Özürlü çocukların ana babaları için bu, kurtulamayacakları, önceden belirlenmiş bir yoldur. Onlara saygı duyar, kaderlerine acımaz -bu önemli-, bir meydan okuyuşla karşı karşıya olduklarını görür ve bu zor sınavı aşmalarında yardımcı olursan işini iyi yapmış olursun.

ROLF Zor bir danışanı düşünüyorum da şimdi, ona şefkat duyduğumu hissediyorum.

HELLINGER Şefkat, bütün bir acıyla yüzleşme cesareti gerektirir.

Haddini aşma ve sonuçları

UTE Bedensel ve ruhsal olarak iyiyim. Artık korku da duymuyorum. Ama belirli konulara değinildiğinde göğsümde bir baskı hissediyorum. Yürek ağrısı değil de artık, yine de baskı yapıyor. Dünkü, suçsuzların işlediği suç konusu da bunlardan. Öncelikle annemi ama aynı zamanda beni de ilgilendiriyor. Babamın işlediği, sonucu da evlilik dışı bir çocuk olan güvene ihaneti annem bana fazlasıyla yansıttı. Hasta çocukla çok zor bir durumda kalmıştı. Annem bana babamın kendisini aldattığını, yarı yolda bıraktığını ve kendisinin de, olanağı olmuş olsa iki çocuğunu alıp gideceğini söyledi. Kendime, bu düşüncenin bana engel olup olmadığını soruyorum, çünkü aslında onun karşısında derinden eğilmek istiyorum.

HELLINGER Çocuk, ana babayı ilgilendiren bir konuya karışamaz. Onlar arasında mutluluğun mu mutsuzluğun mu yaşandığını çocuk bilmemelidir. Ebeveyn de bunu çocuğa söylememelidir. Eğer annen sana söylediyse bunu unutmak zorundasın. Unutabilir çünkü insan.

UTE Öyle mi?

HELLINGER Bu ruhsal bir disiplindir. Kişi içsel olarak geri çekilerek unutma alıştırması yapabilir. Bir anda da kaybolur unutulacak şey. O zaman ana babanı bu çatışmada bırakır, her ikisine de sevgiyle bakar ve sana verdiklerini alırsın.

UTE İyi, peki.

HELLINGER Sana bir şey daha söyleyeyim: Yumuşaklığı yalnız günahkârlar tanır.

UTE Yumuşaklığı mı?

HELLINGER Yumuşaklığı, evet. Suçsuzlar katıdır.

UTE Hmm, şimdi anlıyorum.

HELLINGER Suçsuzluk ve suç, iyi ve kötü gibi değildir. Çoğu zaman daha ziyade tersidir.

UTE Yaşamımın çok uzun yılları boyunca katı olduğumu şimdi görüyorum. Davranışlarımda ve haklı-haksız yargılarımda katıydım.

HELLINGER Bu kadar ayrıntısına girme, yoksa yine katılaşırsın!

UTE Pekâlâ, bu birincisiydi. Klara'nın bana çağrıştırdığı ikinci konu da şu: Babamın ölümünden üç ay sonra çok ağır bir trafik kazası geçirdim. Kafatasımdaki kırığın yanında üç de omurum kırıldı, o zamandan bu yana…

HELLINGER Benim için bu kadarı yeterli. -Buradaki dinamik ne?

UTE Kazayla mezar arasındaki bağlantı geldi aklıma. Çünkü ondan sonra da pek çok kaza geçirdim ve kazaya yatkınlığım hâlâ sürüyor.

HELLINGER Aradaki bağlantının ne olduğunu biliyor musun?

UTE Bağlantıyı ben şöyle kurdum: Sanki babamla dayanışmaya girmek, ona bağlılığımı ilan etmek istiyormuşum gibi.

HELLINGER Bir yanıyla bu. Diğer yandan, böyle bir şey, ana baba arasında olup biteni bilme büyüklenmesinin kefareti olarak da gerçekleşir.

Kişi temel düzeni çiğnediğinde, yani çocuk, ebeveyni arasında yaşananları bilmek ve yargılamak isteyerek haddini aştığında kendisini ana babanın üstüne koymuş olur. Sistemlerde trajik yaşantılar, ağır kazalar, intihar vb olduğu her zaman bu düzenin çiğnenmesinin sonuçlarıdır söz konusu olan. Yeri daha altta olan, kendini daha yukarıda olanların yerine koymuştur. Bu durumda da, bilincinde olmaksızın, başarısızlık, mutsuzluk ve çöküş ihtiyacı ile tepki gösterir.

Çözüm, senin kendini dışarı çekip bu ana dek her şeyin iyi sonuçlandığı, bunlardan ders alabildiğin ve düzene sokabileceğin için teşekkür etmen.

UTE Söylediklerini almak istediğimin farkındayım ama sanki bir sis perdesiyle örtülüyüm. Seni hiç görmüyorum.

HELLINGER Önemi yok. Eğer anlamazsan karşı da çıkamazsın. Böylece mesaj engelsizce diplere inmiş olur.

UTE Kazaları düşündüğümde anlatamadığım bir duygu yükseliyor içimde. Gerçekten sisli. Ve sıcak. Amcamın aşırı yorgunluktan kaynaklanan bir kazada 54 yaşındayken yaşamını yitirdiğini düşünmemek elimde değil. Ben de çoğu zaman tükenmiş hissediyorum kendimi. Belirli bir duygu değil ama sanki aşağılardan başlayarak yukarı çıkan, hoş olmayan bir sıcaklık gibi hissediyorum.

HELLINGER Eskimo'nun hikâyesini anlatmıştım. Hatırlıyor musun? Yaz tatili için Karayipler'e gider, on dört gün sonra da alışır. Neye alışır?

UTE Sıcağa. -Tamam, anladım.

Yolun Yarısı

FRANK Benim aklım hâlâ dün akşamki dizimde. Oradaki rolümde hâlâ bütünüyle anlayamadığım bir şey var.

HELLINGER Bu bütünüyle anlaşılamaz. Yalnızca etkisini görebilirsin. Ve çözümü görebilirsin. Araştırmaya devam eder, bütün nedenleri bulduğunu sanırsan, yalnızca elinde bir şey olduğu sanısına kapılmış olursun, çünkü bütün nedenler sonunda karanlıkta yitip gider. Çözüm için gereksindiğin her şeyi gördün.
Araştırmayı sürdürecek olursan çözümü yeniden kaybedersin.

İyi bilgi edime yöneliktir. Edimin gerektirdiğinden daha fazlasını bilmek istersem bilgi yıkıcı olmaya başlar ve eylemin yerine geçer.

FRANK Aslında aklıma gelen temel soru şu: Eğer dizim doğruysa çocukların bana gelmesi doğru mu olacaktır?

HELLINGER Elbette doğru.

FRANK Bu, benim şu anda gördüğümle çelişiyor. Çünkü çocuklar annelerinin yanında mutlu görünüyorlar.

HELLINGER Elbette. Karın iyi bir anne. Bu nedenle de şu anda bir karar almana hiç gerek yok. Şimdi bütün yapman gereken, doğrusu bu olan resmi içinde taşımak ve resmi senin için işlemeye bırakmak.

FRANK Öyleyse iyi.

HELLINGER Resim bunu senin için yapar. Resim etkisini gösterene dek bekle. Tamam mı?

FRANK Yarı yarıya.

HELLINGER Mutluluğun yarı yolu mu?

FRANK Yolun yarısı.

Kendi çocuğuna evet ve hayır

DAGMAR Dün akşam Frank'ın dizimindeki sonuç benim için özellikle önemliydi. Bunu bu şekilde ifade etmek benim için zor ama bu kendim için her zaman arzuladığım şeydi. Yine de ilk tepkim, ben ondan bir çocuk sahibi olmadıkça çocukların Frank'ın yanında olamayacağıydı. Bu beni yıllardır meşgul eden bir konu ve kuşkusuz bir kürtaj ve yakın bir zaman önce düşükle sonuçlanan, kısa süreli bir hamilelikle ilgisi var. Yani Frank'tan bir çocuk sahibi olmak istemekle gelecek için birlikte başka bir şeyler yapmak arasında çok kararsızım.

İkinci eş

HELLINGER Frank'ın dün akşamki dizimi konusunda sana bir şey daha söyleyeyim. Resim orada göründüğü gibi gerçekleşecek olursa senin için şu temel ilke geçerli: Frank'ın çocukları üzerinde ne hakkın ne de yükümlülüklerin var. Bu bütünüyle Frank ve ilk eşinin konusu.

DAGMAR Bütünüyle katılıyorum.

HELLINGER Sen yalnızca Frank'ın karısısın, hepsi bu. Bunu çocuklarına söyleyebilirsin de: "Ben yalnızca Frank'ın karısıyım. Diğer her şeyi o ve anneniz halleder." Onlara iyi davranırsan Frank sana borçlu olur. Çünkü yükümlülüğün olmayan bir şey yapmaktasındır.

DAGMAR Çocuklara iyi davranıyorum.

HELLINGER İnsan başkalarına da iyi davranır. Burada konu o değil; onlar için özel bir şeyler yapman, sözgelimi geldiklerinde onlar için yemek pişirmen. Bu özel bir takdiri hak eder. O zaman Frank senin özel bir şeyler yaptığını görüp kabul etmek durumundadır. Bunda ona karşı sevginin de rolü vardır tabii. Ama özel bir şeydir ve Frank da bunu takdir etmelidir.

DAGMAR Hediyeler hazırladım onlara, dostça davrandım, Noel'de…

HELLINGER Bu çok fazla. O zaman annenin yerine geçersin. Buna da hakkın yok. Sen yalnızca sırası geldiğinde iyi davranırsın. İkinci eş için uygun tavır, en üst derecede geride durmaktır. Çocuklar için gerekeni Frank yapar. Ona destek olur ama bu sırada sen arka planda kalırsın. Bunu gözetmek gerekir.

İkinci bir ilişkide göz önünde bulundurulması gereken bir şey daha vardır. Burada da temel düzen geçerlidir. İlk ilişkide ilk sırayı daima erkekle kadın arasındaki ilişki alır. Her şeyin önünde gelir bu ilişki. Çift, çocuk sahibi olduğunda çocukların bakımı çoğunlukla eşe duyulan sevginin önüne geçer. Ancak bu, düzenin bozulmasıdır. Çocuklar bunu bir baskı kaynağı olarak deneyimler. Bu durumda düzenin yeniden sağlanması gerekir. Erkek ve

kadın arasındaki ilişki çocukların bakımının önünde gelir. Ana babanın kendilerini çocuklara kurban etmesi kötüdür. Bunu herkes bilmeli.

Ancak, sizin durumunuzda olduğu gibi, ilk birlikteliğinden çocukları varsa erkek öncelikle çocuklarının babası, bunun ardından senin kocandır. Dolayısıyla burada çocukların bakımı ve çocuklara beslenen sevgi, sana sevgisinin önünde gelir. Burada bir çatışma ortaya çıktığında, sözgelimi sen "Önce ben gelirim, çocukların benim ardımdan" dersen bu, düzene karşıdır ve ilişkiniz için kötü sonuçlar doğurur.

DAGMAR Bu benim için iyi bir uyarı oldu.

HELLINGER Başka bir şey var mı?

Sigara içmeye evet ve hayır

DAGMAR Demin ele alınan konuyla hiç ilgisi yok ama.. Sigarayı bırakmak istiyorum. Bu kendine zararlı davranışı bırakmak istiyorum. Senden destek rica ediyorum bu konuda. Çünkü oldukça kısa sürede yapıyorsun bunu.

HELLINGER Bir süre durduktan sonra Sana bir öneri: Sigaraya uzandığında aldırdığın çocuğu kollarında salla.

Baş ağrısını gideren

ULLA Kendimi kötü hissediyorum. Bu sabah buraya gelemeyecek kadar çok ağrıyordu başım.

HELLINGER Nasıl bir baş ağrısı?

ULLA Başımın arkası ve ensemde. –Soğuk algınlığıyla ilintili olduğunu sanmıyorum.

HELLINGER Baş ağrısının ne anlama geldiğini biliyor musun? Birikmiş, akamayan sevgi. -Sevgi nereye yönelmeli?

Ulla derinden iç çeker.

HELLINGER Nefesini ver! O zaman sevgiyi akıtmanın yolunu bulursun. Dostça bakmak da başka bir yoludur. Evet, dostça bak! Günaydın!

ULLA Günaydın!

HELLINGER Bir yol da ellerdir. Avuçlarını yukarı doğru aç! Tam öyle! Sevgi böylece de akar. Nefesini vermek, dostça bakmak ve ellerden akar sevgi.

ULLA Çoğu zaman kocamı yeterince iyi sevmediğimi hissediyorum.

HELLINGER Sevmiyorsun da.

ULLA Bilinçli bir şekilde onun yanında durduğumda bu duygu kayboluyor.

HELLINGER Doğru.

ULLA Ama sevgi kendiliğinden akmıyor. Bunu her seferinde bilinçli bir şekilde benim yapmam gerekiyor.

HELLINGER Zararı yok. Önemli olan işe yaraması. -Başka kimin yanında bilinçli bir şekilde yer alman gerek? -Daha sonra, ara verdiğimizde Sophie'den bunun kim olduğunu ve nasıl yapılması gerektiğini anlatmasını isteyebilirsin (bkz. Sf. 212). Başka bir şey var mı?

ULLA Daha sonra söylerim.

Babayı -ve ardından- Tanrıyı onurlandırmak

HELLINGER Söylemek istediğiniz başka bir şey var mı?

HARTMUT Evet. Ute hikâyesini anlattığında, sen de müdahalenin ve haddini aşmanın yok edilme arzusuyla dengelendiğini söylediğinde elektrik verilmiş gibi oldum. Bu birden pek çok şeyi aydınlattı kafamda. Buluğ çağında, on üç yaşındayken annem geceler boyu gerçekten çok bayağı bir şekilde ve kaçıp kurtulamama fırsat vermeden babam aleyhine konuşurdu. Bu hiç kuşkusuz babamla ilişkilerimi bozdu. Bundan sonra babamla tek ilişkim, patlattığımız kahkahalar [8] oldu. Bu şimdi geldi aklıma. Babamla bir olduğum yegâne zamanlar, aptalca bir fıkraya beraberce patlattığımız kahkahalardı. Başka kimseyle böyle gülmedim ben.

HELLINGER Kahkaha patlatmak nedir aslında?

HARTMUT Bu bir… -Hiç anlamadım aslında bakarsan. Grupta gülüşmeler. Her halükârda başka kimseyle yaşamadığım bir gülüş. Belki ana babanın sırları konusunda annemin verdiği bu bilginin çoğu zaman büyük bir riske girmemle ilgisi var. Örneğin parasal konularda inanılmaz rizikolara girdim…

HELLINGER Hayır, hayır, hayır. Her tasvir sorunu daha da pekiştirir. Aslolan söylendikten sonra konuşmaya derhal son verilmelidir.

HARTMUT Tamam.

HELLINGER Peki nedir şimdi çözüm?

HARTMUT Unutma yolundaki şu spiritüel alıştırma.

HELLINGER Senin için alıştırma, babanın önünde derinden eğilmek -ve onun ardında Tanrıyı görmek!

Esirgenen rahatlatma

JAN Bir şey sormak istiyorum. Bir ilişkide taraflardan biri diğerini derinden yaraladığında, yaralanan bunun bir konuşmayla telafi edilmesini reddedip “Seninle işim kalmadı” dediğinde diğeri ne yapabilir?

HELLINGER Hiçbir şey. Ne yapacak ki? Davranışının sonuçlarını üstlenmek zorundadır. O zaman yeniden özgür olur. Yoksa şöyledir: Ben birisine bir şey yapacağım, sonra da o bir de kalkıp benim kendimi iyi hissetmemi sağlayacak. Olmaz böyle bir şey.

Paylaşım kısmı burada sona eriyor.

Dizim: En küçük kız annenin annesiyle özdeşleşmiş

RUTH Hüznün gizli mutluluğun korunması olduğu cümlesi bam telime dokundu. Ama bundan bıktım artık. Köken ailemizi dizmek ve oradaki yerimi almak istiyorum. İzlenimim…

HELLINGER Açıklamana gerek yok. İstiyorsun, biz de yapacağız. Köken ailende kimler var?

RUTH Babam, annem, ikiz ablalarım ve ben. İkiz ablalarımdan büyüğü doğumundan dört hafta sonra ölmüş.

HELLINGER Ne olmuş?

RUTH Erken doğmuşlar. Uzun süre hastanede kalmışlar. Ardından annem ikizlerden küçüğünü eve çıkarabilmiş. Büyüğü hastanede kalmış, orada da ölmüş.

HELLINGER Aileye dahil olan başka birisi daha var mı?

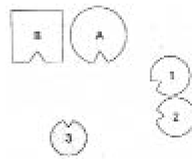
RUTH Halam doğururken ölmüş, bundan kısa bir süre sonra da amcam kendini asmış.

HELLINGER Babanın ebeveyninin hayatında kayda değer bir olay var mı?

RUTH Oğullarının intiharından sonra karşılıklı ağır suçlamalar yaşanmış.

HELLINGER Bu, yas ve acının savuşturulmasına yarar. Tamam, şimdi aileni diz!

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, ikizlerden doğumdan sonra ölen büyüğü

2 İkinci çocuk, ikizlerden küçük olanı

3 Üçüncü çocuk, kız (=Ruth)

HELLINGER Ana baba bebeğin ölümünden ötürü mü birbirlerini suçluyorlardı?

RUTH Evet. Suçlamalar hastaneye yönelikti. Annem de kendisini suçluyordu. Çocuklardan birini eve çıkarmanın işini kolaylaştıracağı, evde tek bir çocukla yaşamaya alışmasını sağlayacağını söyleyenlere kulak vermişti. Bir de babama yönelen suçlamalar var ki bunu ben de yapıyorum. Sözünü geçirseydi annem diğer çocuğu da eve getirirdi.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Önce karımla birlikte kendimi çok iyi hissediyordum. İyi bir ilişki vardı. Ama çocuklar yanına yerleştirildiğinde temas kesildi. Şimdi bir mesafe hissediyorum. Sağımda bir boşluk algılıyorum. Orada bir şey eksik. En küçük kız önüme geçmiş, bir öğretmen filan gibi beni suçluyor, düzeltmek istiyor.

ANNE En küçük kızımın karşısında kendimi sanık sandalyesinde hissediyorum. Bana sert, kötü, suçlayıcı bakışlarla bakıyor.

İLK ÇOCUK Sol omzum çok acıyor. Tek hissettiğim de bu; omzumun acıması ile sol kolumun ağır ve uzun olduğu duygusu.

İKİNCİ ÇOCUK Küçük kardeşim karşıma geldiğinde gerçek bir titreme nöbeti geçirdim, büyük bir öfke duydum. Kendimi saldırıya uğramış hissettim. Ancak bakışlarımı başka birine çevirdiğimde bu duygu azaldı. İkizimin desteğine ihtiyaç duyduğumu hissediyorum. Benim için o çok önemli. Ana baba çok uzak.

HELLINGER Ruth’un temsilcisine En küçük kardeş nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Önce ailenin moralini yükseltmek zorunda olduğumu düşündüm, ardından da ana babaya birbirleriyle nasıl iyi geçineceklerini öğretmek. Güler.

HELLINGER İşte bu özdeşleşme. Daha önceki birinin rolünü üstleniyor. Soru, bunun kim olabileceği? Ruth’a Annenin ailesinde ne olmuş?

RUTH Anneannem dört çocuğun en küçüğü. Üç kardeşi bir çocuk hastalığından on dört gün içinde ölmüşler. Yalnızca o hayatta kalmış.

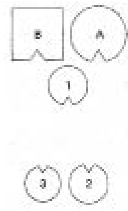
HELLINGER Sen onunla özdeşleşmişsin. Kederini ve ana babanın iyi olmasından senin sorumlu olduğun duygusunu ondan almışsın.

Ölen ikiz tekine Şimdi ana babanın önünde oturup sırtını onlara daya. - Nasıl böyle?

İLK ÇOCUK Çok daha iyi. Omuz ağrım azalıyor.

Hellinger resmi değiştirir.

2. Resim



HELLINGER Ana baba için böylesi nasıl?

BABA İyi. Karımdan yana iyi bir temas var. Çocuklar burada. Dengeli böyle.

ANNE İyi.

HELLINGER Ana babaya Onu sevgiyle kutsar gibi ikiniz de bir elinizi ölen çocuğun başına koyun.

En küçük kardeş şimdi nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Kız kardeşle aynı hizaya yerleştirildiğim an üstümden yük kalktı.

İKİNCİ ÇOCUK İkiz kardeşimi aldığında çok kötüydü. Onu özlüyorum. Ama burada buna alışabilirim. Burada ne kadar uzun kalırsam o kadar iyileşiyor.

İLK ÇOCUK Böyle iyi.

HELLINGER Ana babandan yeterince aldığında kardeşinin yanına geçebilirsin.

3. Resim





HELLINGER Böyle nasıl?

İLK ÇOCUK İyi.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK İyi. Tabii böylece önemimi de kaybediyorum. Üç kardeş de güler.

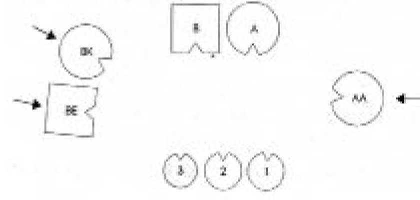
BABA İyi.

ANNE Evet, iyi.

HELLINGER Ruth’a Kendi yerini almak ister misin?

Ruth dizimde kendi yerini alarak çevresine bakar. Ardından Hellinger Anneanneyi anne tarafına, doğum yaparken ölen kız kardeşiyle kendisini asan erkek kardeşini de baba tarafına yerleştirir.

4. Resim



AA Anneanne

BK Babanın kız kardeşi

BE Babanın erkek kardeşi

HELLINGER Ruth’a Anneannenin orada durması senin için nasıl?

RUTH Orada durduğunda iyi. Daha yakına geldiğinde üzüntü verici.

HELLINGER Anneanne nasıl?

ANNEANNE İyi.

HELLINGER Orası onurlandırıcı bir yer. -Ölen kardeşlerinin orada durması baba için nasıl?

BABA İyi. Şimdi o boşluk doldu artık.

RUTH Benim için böyle iyi.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Bedel ödemeden mirastan pay almak

RUTH Halamdan bir kaç parça gümüş kaldı bana. Adımızın ilk harfleri aynı.

HELLINGER Onları geri vermek zorundasın.

RUTH Peki nasıl olacak bu?

HELLINGER Kimin söz konusu olduğunu bilmiyorum ama geri vermek zorundasın. Anladın mı?

RUTH Evet.

HELLINGER Yoksa onun mutsuzluğundan yarar sağlamış olursun ki burada bu olmaz. Etkisi kötü olur.

ANNE Sen bunun geri verilmesi gerektiğini söylemeden önce göğsümde bir baskı vardı. O buna razı olduğunda geçti.

RUTH Gümüş kaşıklar gözümün önünde. Bunlara bu kadar bağlı oluşum tuhaf! Gerçekten çok özel bir yerleri var. Güler.

HELLINGER Buna ne dendiğini biliyor musun? -Mutsuzluk sevgisi.

FRANK Geri verme konusunda aklıma bir şey geldi: Vaftiz babam olan o eşcinsel amcamdan bana yakut bir yüzük kaldı.

HELLINGER Ben olsam onu saklardım.

FRANK Hiç takmadım. Çekmecemde duruyor.

HELLINGER Evet ama senin o. Ben olsam o yüzüğe saygı duyardım.

FRANK Öylece orada mı bırakayım?

HELLINGER Evet. Belirli kurallar yoktur ama böyle bir şeyin doğru olup olmadığı hemen hissedilir. Bu nesnelerde etkisini gösteren bir şey takılı kalmıştır. Hayata katılırlar. Cansız, ölü değildirler. Bunu bilmek gerek.

Ruth'a Gümüş kaşıkların yakın birisine armağan edilmesi gerek.

RUTH Aklıma henüz kimse gelmiyor.

HELLINGER Tamam, bu resmi içinde taşı.

WILHELM Bu konuda bir sorum var. Ruth'un bu kalıtı geri vermesi ya da başka birine vermesi gerektiğini söyledin. Tersi de oluyor mu? Yani insanın

bir kalıtı alması ya da hatta talep etmesi gerektiği durumlar?

HELLINGER Kimi zaman bir şeyi devralma yükümlülüğü vardır.

WILHELM Yani verilen bir şeyi mi?

HELLINGER Hayır, her zaman değil. Ama bazen bağlılık, sözgelimi bir işin devralınmasını gerekli kılar.

WILHELM Ebeveynin işini mi?

HELLINGER Evet ve bunu, bu sorumluluğu geri çeviren kişi kendi seçiminde belki başarısızlığa uğrayacaktır. Koşullara bağlıdır bu.

WILHELM Daha somut bir sorum var. Ebeveyn iki çocuğundan birine, “Her şeyi sen alıyorsun”, diğerine ise “Sen hiçbir şey almıyorsun” dediğinde ne olur?

HELLINGER O zaman her şeyin kendisine bırakıldığı çocuk bunu alır ve daha sonra yarısını kardeşine verir. Böylece herkese adil davranılmış olur.

WILHELM Bu sorumu bütünüyle yanıtlıyor.

DAGMAR Bu konuda benim de bir sorum var. Varsayalım anne kızına bir miras bırakıyor ama bu kızın sırtına büyük bir vergi yükümlülüğü yükleyecek, öyle ki aldığından çoğunu ödemek zorunda kalacak. Kız bu durumda da mirası kabul etmek zorunda mıdır?

HELLINGER Çocuk ebeveyninin borçlarını devralmak zorunda değildir. Bu, ana babanın kişisel konusudur, çocuğun değil.

DAGMAR Yani daha önceden almamaya karar verebilir.

HELLINGER Bunu yapmada bütünüyle özgürdür. Ancak ana babanın huzur içinde olması gerekir. Bundan ötürü böyle yapacağını rahatlıkla söyleyebilir. Miras başka türlü bir yük taşıdığında, örneğin haksızca edinilmiş olduğunda da çocuğun bunun dışında kalması daha iyi olacaktır. Yoksa kendisine ait olmayan bir kötülükle kilitlenecektir.

Dizim: Etkisini göstermeye devam eden alınyazısı

CLAUDIA Şimdi köken ailemi dizmek istiyorum.

HELLINGER Tamam. Kimler dahil ailene?

CLAUDIA Babam, annem ve üç kız. On iki yıl sonra buna annemin başka bir adamdan olan oğlu da eklendi. Sonradan annemle babam ayrıldı, annem yeniden evlendi. Sonra o adamdan da boşandı.

HELLINGER Annenle baban neden boşandı?

CLAUDIA Uzun zaman babamın alkolik olması nedeniyle olduğunu sandık. Gizlice çok içerdi. Ama aslında bundan önce kopmuştu aralarındaki bağ.

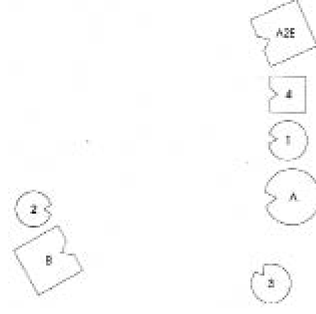
HELLINGER Ya hayatını kaybeden iki halan?

CLAUDIA Onlar babamın, büyükbabamın ilk eşinden olan üvey kardeşleri. Büyükbabamın ilk eşi altıncı ya da yedinci çocuğunda ölmüş.

Dizimde yer alacak temsilcileri seçerken küçük kız kardeşinin temsilcisine Sen Kanada'ya göç ettin.

HELLINGER Ona bu bilgiyi verdiğin için artık doğal olarak hissedemeyecek. Diyelim gitmek istediğini hissediyor; bunun kendiliğinden mi geldiğini yoksa sadece sen söylediğin için mi böyle hissettiğini bilemeyecek.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, kız (=Claudia)

3 Üçüncü çocuk, kız

A2E Annenin ikinci eşi, 4’ün babası

4 Dördüncü çocuk, oğlan

HELLINGER Baba nasıl?

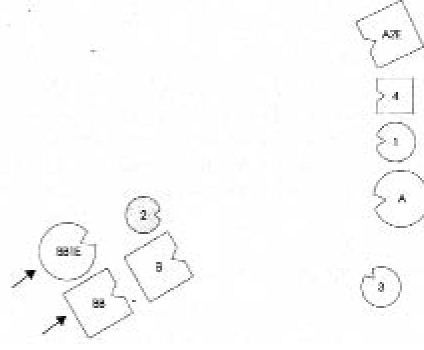
BABA Kızlarımı kollarıma almamak için kendimi zor tutuyorum. Bazı şeylerin düzensiz olduğunu hissediyorum. Kendimi sanki bir şey yapmış gibi hissediyorum. Baba ve kız gülerler.

HELLINGER Claudia’ya Baba nasıl bir duydu veriyor? Kiminle özdeşleşmiş?

CLAUDIA Babasıyla.

HELLINGER Kızını nasıl görüyor? –Büyükbabanın ilk karısı gibi. Baba ve kız, büyükbabanın ilk eşiyle ilişkisini yansıtıyor. Onun için bu iki kişiyi de dizime dahil edeceğiz.

2. Resim



BB Büyükbaba

BB1E Büyükbabanın ilk eşi

HELLINGER Baba şimdi nasıl?

BABA Nereden geldiğimi hissediyorum ama nereye gitmek istediğimi değil.

HELLINGER Bu daha mı iyi, daha mı kötü?

BABA Dörtte üç daha iyi.

HELLINGER Bu da bir şey. Kızla ilişkide değişen bir şey oldu mu?

BABA Çok az.

HELLINGER Claudia'nın temsilcisine İkinci kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Burada öncekine göre biraz daha iyiyim. Daha önce diğer köşe hiç ilgimi çekmiyordu. Ama buradan seve seve ayrılabilirim. Anneye zor çeviriyorum gözlerimi.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Dizimde kocamı aldığında rahat bir nefes aldığımı fark ettim. En küçük kızım gittiğinde de Tanrıya şükür, ondan da kurtuldum diye geçti içimden. Onlardan hiçbiriyle temasım yok. Yalnızca en büyük kıza biraz kızgınlık duyuyorum, neden, bilmiyorum. Büyükbabayla onun ilk eşi

geldiğinde kocam ve ortanca kızım benim için ağırlık kazandı. İlginç bir hale geldiler; daha çok da kız, adam pek o kadar değil.

HELLINGER Claudia'ya Annenin ailesinde ne olmuş?

CLAUDIA Erkek kardeşi ölmüş. Yalnızca altı haftalıkmış. Annem on yaşındayken babası savaşta ölmüş.

Hellinger resmi değiştirerek dizime annenin babası ve konsantrasyon kampında ölen iki halayı da ekler.

3. Resim

AA Anneanne

ÖH Bir Polonya konsantrasyon kampında ölen halalar

HELLINGER Baba şimdi nasıl?

BABA Çok daha iyi.

İLK ÇOCUK Babanın yanında durduğumdan bu yana artık ona sabitlenmiş değil dikkatim, daha az bağımlıyım.

İKİNCİ ÇOCUK Babanın ailesine mi baksam, gözümü mü çevirsem, karar veremiyorum. Daha önce bakışımı onlardan çevirmek çok güçlü bir istekti ama artık o yöne bakabiliyorum.

HELLINGER Bu nasıl çıktı ortaya?

İKİNCİ ÇOCUK Büyükbabanın ilk karısı görüş açıma girdiğinde.

BÜYÜKBABANIN İLK KARISI Ben bunu hissettim.

HELLINGER Tüm diğerleri arasında en önemli kişi o.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben kendimi iyi hissediyorum.

ANNE Ben kendimi hiç iyi hissetmiyorum. Burada kötüyüm. Sol tarafımda hiçbir şey algılamıyorum.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Annemin ilk kocasının karşısında dururken çok saldırgandım. Ama onun arkasına babası yerleştirildiğinde bu birden değişti. Şimdi annemin yanında ona karşı saldırganlaşıyorum. Burada çok rahatsızım.

HELLINGER Babanın diğer yanına geç. Orada nasıl?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Hissedilir ölçüde iyileşti.

HELLINGER Anneye Sen şimdi nasılsın?

ANNE İyi değil.

HELLINGER Claudia'ya Anne gitmek istiyor. Hiç kendini öldürmeye kalkıştı mı?

Claudia ağlar.

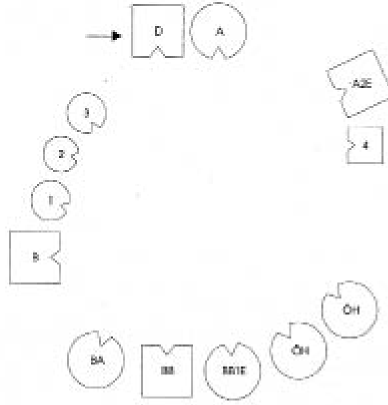
HELLINGER Ölmek istedi mi?

CLAUDIA Bazen bunu yapacağını düşünüyorum.

HELLINGER Evet, gitmek istiyor. -Şimdi bir de onun ölen erkek kardeşini alalım.

Hellinger annenin ölen erkek kardeşini onun sağına yerleştirir.

4. Resim



D Dayı, çocukken ölmüş

ANNE Daha iyi.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Benim için de.

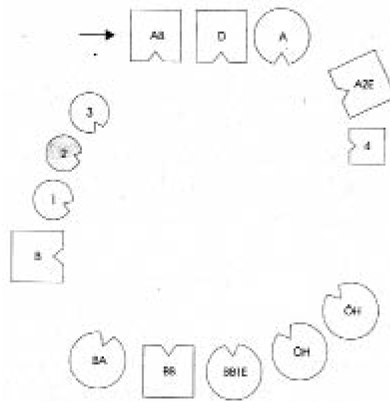
HELLINGER Sen belki de onunla (dayı) özdeşleşmişsin.

Anneye Böyle iyi mi senin için?

ANNE Başımdan sırtıma yayılan bir titreme geçiriyorum. İyi, güzel böyle ama bir şekilde çok da soğuk.

Hellinger annenin savaşta ölen babasını da dizime alır.

5. Resim



AB Annenin babası, savaşta ölmüş

HELLINGER Dayı şimdi nasıl?

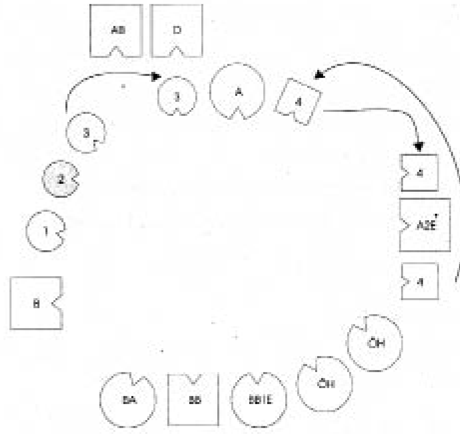
DAYI Babanın burada olması rahatlatıcı.

ANNE Ben kendimi ait hissediyorum.

HELLINGER Gruba Bende oluşan resim, annenin orada yeterli bir süre kalmasıyla şimdiki ailesine dönüp oradaki yerini alabileceği.

Hellinger annenin babası ve erkek kardeşini biraz geri çeker.

6. Resim



HELLINGER Anneye Şimdi nasılsın?

ANNE Daha iyi, çünkü erkek kardeşimle babam burada. Onlar geldiğinden beri rahatsızlık duymuyorum. Artık bakabiliyorum. Aynı anda kendimi tecrit edilmiş de hissediyorum. Sol tarafımda, ikinci kocam ve oğlumdan yana yolunda olmayan bir şeyler var.

İKİNCİ KOCA Onun beni aldattığını düşünüyorum. Yanımda birisi eksik.

Hellinger oğlu annenin yanına yerleştirir.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Burada avuçlarım terliyor. Ona (ölen dayı) bakmak isterdim.

Hellinger oğlu babasının sağına yerleştirir.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Burada daha iyi.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben kendimi o kadar iyi hissetmiyorum.

HELLINGER Annenin yanına geç!

Gruba Bu kız, “Sen gideceğine ben gideyim anneciğim” diyor.

Claudia’ya “Yerine geç şimdi!”

Claudia dizimde kendi yerini aldığında İyi mi böyle?

Claudia duraksadığında Küçük kız kardeşinin yanına geç!

Claudia başını iki yana sallar.

HELLINGER Dene bir.

Claudia buna karşı çıkıp ağladığında Yanına geçsen nasıl olabileceğini hiçbir zaman öğrenemeyeceksin.

Claudia küçük kız kardeşinin yanına geçer.

CLAUDIA Anneye güvenmiyorum.

ANNE Onun için tasalanıyorum. Bana yaklaştığında ona sevgi duydum.

Claudia ağlar. Hellinger erkek kardeşini annenin soluna yerleştirir.

HELLINGER Claudia’ya Şimdi nasıl? Daha mı iyi?

Claudia başıyla onaylar.

İLK ÇOCUK Claudia’ya Kız kardeşim olarak yanıma geçtiğinde birden kendimi kötü hissettim, başım döndü.

HELLINGER İlk çocuğa Sen de kız kardeşlerinin yanına geç. Nasıl öyle?

İLK ÇOCUK Evet, böyle iyi.

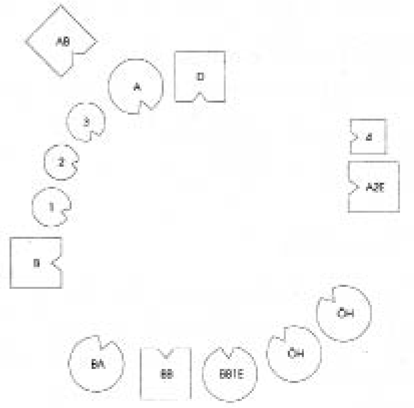
BABA Artık ne yapmış olduğumu bilmek istiyorum.

HELLINGER Bu, senin babanın sorusu. Ve onun duygusu. Bunları ondan almışsın.

HELLINGER Kızların yanına geç.

BABA Böyle başımın çaresine bakabilirim.

7. Resim



İKİNCİ KOCA Omuzlarımda hafif bir gerilim var. Erkek kardeşi yanına yerleştirildiğinden beri karımın yanına gitmek istiyorum.

HELLINGER Onun varlığıyla karını başka bir ışık altında görüyorsun.

Claudia'ya Şimdi iyi mi?

Claudia güler ve başıyla onaylar.

HELLINGER Pekâlâ, bu kadar.

Kısa paylaşım

Dizimi kısa bir paylaşım izliyor. Dört başı mamur bir yemeğin ardından yatılan öğle uykusu gibi oluyor etkisi. Paylaşım, grubun rahatlamasını ve çalışmanın devamı için güç toplamasını sağlıyor. Sırayla her katılımcı, yaşananların üzerindeki etkisi hakkında konuşma, soru sorma ve eksik kalanı tamamlama fırsatı buluyor. Böylece herkes, herkesi etkileyen şeyi öğreniyor, gerek grup gerekse her bir birey için daha neyin yapılması gerektiğini ve neyin önceliği olduğunu, neyin daha beklemek zorunda olduğunu görüyor.

İki ayağı üzerinde durmak

ANNA Bu sabahtan beri ayaklarım üzerinde daha iyi durduğum duygusu var içimde. Genellikle tek ayak üzerinde dururum, diğeri daha çok destektir. Bana nefes almak üzerine verdiğin öneriyle soluk almak şimdi daha kolaylaştı benim için. Böyle yaptığımda da iki ayak üzerinde durabiliyorum.

Doluluktan kaçış

IDA Bu sabah Sophie çalışırken kendime bu mutluluk ve mutsuzluğa dayanamadığımı söyledim. Kapıdan çıkıp gitmek için dayanılmaz bir istek duydum ama yine de kaldım.

HELLINGER Mutluluk ve mutsuzluğun birlikte yarattığı doluluğu kaldırmak zordur.

IDA Kaldırmak zor.

HELLINGER Bu nedenle de bazıları geri çekilir ve depresif olmayı yeğlerler. Bu daha rahattır. Depresyon daha kolay bir yaşamdır. - Mutluluğun gözünün içine, sana meydan okuyan biriymiş gibi bak.

Doluluk ve bütünlük

WILHELM Ben iyiyim. Öğleden sonra tuhaf bir duygu doğdu içime; aslında oldukça bütün olduğum duygusu. Artık o kadar fazla şeye ihtiyacım yok.

HELLINGER Doğru. -Sana bütünlük ve nasıl ortaya çıktığı konusunda bir şey söylemek istiyorum. Bütünlük, sistemime ait herkes yüreğimdeki yerine sahip olduğunda ortaya çıkar. Bütünlüğün özü budur. Kişi ancak bu doluluktan itibaren gelişimi için özgür olur. Sistemine ait tek bir kişi bile eksik olsa kendisini bütünlükten uzak hissedecektir.

Claudia'ya Herkes dizimde yer aldığında senin hissettiğin bütünlük de böyle olmalı. Claudia başıyla onaylar.

HELLINGER Doğru.

SOPHIE Ben iyiyim. Burada yaşanan her şeye katılıyorum, biraz yorgunum gerçi ama iyiyim.

HELLINGER Eh, böyle bir şey de yorucu olsun artık. Sophie güler.

KLARA Bu sabah sorumu sana sorduğumdan, senin de yanıtını aldığımdan bu yana üzerimden çok büyük bir yük kalktığını hissediyorum.

HELLINGER Bu bütünlenmeyi dizimin sırasında çok güzel bir şekilde ortaya koydun.

Gruba Bütünlenme üzerine bir hikâye anlatayım sizlere. Kendinizi öyküye bırakacak olursanız, belki siz daha onu dinlerken gösterecektir etkisini.

Şenlik

Kişi yola koyulmuş. Uzaklara bakarken kendine ait olan evi görmüş. Eve doğru yürümüş. Ulaştığında kapı açılmış ve Kişi, bir şenlik için düzenlenmiş bir mekana girmiş.

Bu şenliğe yaşamında önem taşıyan herkes geliyor, gelen herkes de bir şey getiriyor, bir süre kalıp gidiyormuş.

Herkes elinde Kişi'nin bedelini her nasılsa bütünüyle ödediği bir armağanla gelmiş böylece: Anne-baba-kardeşler-büyükbaba-büyükanne-dede-nine-amcalar-teyzeler-dayılar-halalar-sana yer açan herkes-sana bakan herkes-komşular belki-arkadaşlar-öğretmenler-eşler-çocuklar: Yaşamında önem taşımış, hâlâ da taşıyan herkes. Ve gelen herkes bir şey getiriyor, biraz kalıyor-ve gidiyormuş. Tıpkı gelen, bir şey getiren, biraz kalan-ve giden düşünceler gibi. Dilekler gibi tıpkı ya da acılar gibi. Bir şey getiriyor, biraz kalıyor-ve gidiyorlarmış. Bize bir şey getiren, bir süre kalan -ve giden yaşam gibi.

Şenlikten geriye armağanlara boğulmuş Kişi kalmış. Yanında yalnızca bir süre daha kalması doğru olanlar varmış. Kişi pencereye yaklaşmış, dışarıya bakmış, başka evler görmüş; günün birinde orada da bir şenlik olacağını, oraya gideceğini, bir şeyler götüreceğini, bir süre kalacağını -ve gideceğini bilmiş.

Bizler de burada bir şenlikteyiz, bir şey getirdik, bir şey aldık, bir süre daha kalacağız -ve gideceğiz.

Sevmek ve saymak

HARTMUT Duygudaşlığım acıyı paylaşmaktan çok daha fazla sevinci paylaşmaktan yana. Çözümleri gördükçe içim neredeyse ezici bir sevinçle, sevincin paylaşımıyla doluyor.

Dün akşam buradan ayrıldığımda ölmüş olan, benim tanımadığım akrabaları bir sıraya sokamamıştım. Buna babamın iki kardeşi de dahil. Okültizmle ilgileniyorlardı ve bu saklanıyordu benden. Konu gerçek bir tabuydu. Halamı bu işlerle uğraşırken tanımıştım. Otomatik yazı medyumluğu yapıyor, bütün saplantı belirtilerini de gösteriyordu. Amcamı hiç tanımadım. Adı, halam hariç kimse tarafından anılmazdı zaten. Tanıklara bakılacak olursa amcam…

HELLINGER Ayrıntılara ihtiyacımız yok. Onların ailenin parçası olduğunu bilmen, varlıklarına onurlu bir yer vermen yeterli. Haklarında çok küçültücü konuştun.

HARTMUT Öyle mi, hissediliyor muydu?

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Böyle bir şeyi saklayamazsın.

HARTMUT Duygularım daha ziyade olumlu aslında. Halamı severdim.

HELLINGER Konu sevmek değil, saymak. Bu çok daha fazlasıdır.

Eşitler arasında eşit olanlar

THEA Zihnim çok açık ve bu çok güzel bir duygu.

HELLINGER Masumiyet geri çekildiğinde yerini açıklık alır.

THEA Güler Olabilir. Zihnimden pek çok şey geçti. Benim için çok önemli olan bir şey, "bir şeyi kabul etmek" ile "saymak" arasındaki farktı. Şimdiye dek böyle bir ayırım yapmamıştım ama şimdi bu ayırımın olduğunu ve saymanın kabul etmekten sonraki adım olduğunu görüyorum. Şu anda böyle hissediyorum.

HELLINGER Kabul etmenin burada yeri yok. Bir şeyi kabul ettiğinde sanki onun öyle olduğunu ret de edebilecekmişsin gibi davranırsın.

THEA Şimdilik bu noktaya kadar geldiğime memnunum.

HELLINGER Önemli olan, pişmanlık duymadan, hiçbir art düşünce taşımadan rıza göstermektir. Bir şeyi saymak, ona olduğu gibi rıza göstermektir. Kaderine, kilitlenmesine, bunlar nasıl ise öylece rıza gösteririm. Bu son derece mütevazı bir tavırdır ve mesafeyi korur. Ama tam da bu mesafe dolayısıyla ruhsal destek, sevgi oradadır ve durumu dönüştürecek etkili bir güç gizlidir bunda.

THEA Evet, sanıyorum önemli bir nokta bu. Kendi kaderimi başkasınınkiyle öyle kolay karıştırıyorum ki birbirine…

HELLINGER Günah çıkarman bir yarar sağlamaz. Kişinin kendisini bir yorum ya da böyle bir sözle aşağıladığı her seferinde bu zarar verici olur.

Bunun iyi bir sonuç verdiğini daha hiç görmedim. Böylece insan “Lütfen beni kabul et, öyle küçüğüm ki” demektedir. Bu da karşıdakini kızdırır, çünkü bu şekilde onu daha yukarı bir konuma getirerek elinden eşitler arasında eşit olma özgürlüğünü almış olursun.

Barıştıran açıklık

ROBERT Önceki gün ele aldığım şeyin etkisini yavaş yavaş hissettirmesini çok etkileyici buluyorum. Dizdiğim resimler gözümün önünde: Kızım ve arkasındaki küçük kız kardeşim. Onun yasını ne ölçüde tutmuş olduğum, böylece de başkalarını görmediğim, onlara, özellikle de karıma haksızlık yaptığım açıkça ortada.

Robert çok heyecanlıdır.

HELLINGER Ona söylemelisin; barıştırıcıdır bu.

Farkındalığı korumak

CLAUDIA Aklım hâlâ yeni aile resminde. Onun neler içerdiğini yeni yeni anlamaya başlıyorum.

HELLINGER Bırak, etkisini uzun süre devam ettirsin.

CLAUDIA Annemin intihar olasılığından söz ettim, çünkü birden günün birinde bunu bize yapacağını düşündüm. Şimdi artık anlıyorum. Bu resmi etkisini göstermeye bırakacağımı düşünüyorum.

HELLINGER Annene bundan söz et. Ona resmi göster ve erkek kardeşi yanında durduğunda bunun herkeste yol açtığı duyguları söyle. Bu kurstan ona doğum günü için bir armağan götürmek istemiyor muydun?

CLAUDIA Güler Dün, en güzelinin oraya gitmek zorunda olmayışım olduğunu düşünüyordum.

HELLINGER Şimdi bozdun işte, farkında mısın?

CLAUDIA Bozmak istedim.

HELLINGER Bozdun ve düzeltmenin de bir yolu yok. Bazıları eylemin ardından özgür olacaklarını sanır. Eylemden sonra kimse özgür değildir. Önce özgürdür.

Farkındalık ve güçle geride durmak

LEO Aidiyet duygum yükseldi. Evim konusunda ne yapacağımı merakla bekliyorum.

HELLINGER Merakla beklemen ve senin bir katkın, niyetin olmaksızın kendiliğinden değişenin seni şaşırtmasına izin vermen gerek. Bu büyük güç gerektirir. Geride durma gücünü. Ama senin geride durmana mal olan güç, başkalarına akar.

FRANK Bende bir şeyler harekete geçti ve bir şeyin kendiliğinden olmasını sadece beklemek benim için güzel bir resim: Bir yana itmemek, sonuna kadar dayanmak.

HELLINGER Onun karşısında beklemek…

Suçsuzluğun sınırları

JONAS Aklımı kurcalayan bir şey var, bu konuda senin söyleyeceklerini duymak isterim. Son on yılda babamla çok yakınlaştım ve çok güzel bir sevgiyi çıkardım ortaya. Aramızdaki bu güvene dayanarak bana yirmi yaşındayken kendisini üç hafta boyunca bir konsantrasyon kampına gardiyan olarak almalarını sağladığını anlattı. Benim için bunu düşünmek bıçak sırtında olmak gibi. Bunu yok etmek istiyorum.

HELLINGER Kendisini işe almalarını sağlamadı.

JONAS Kendisini işe mi aldırdı peki?

HELLINGER Yapmak zorundaydı.

JONAS Onu bu görevde kabul edemiyorum.

HELLINGER Bunu yargılamaya hakkın yok.

Bir zaman önce televizyonda bir haber seyrettim. Bir Yugoslav kadın ozan, bir Alman askeri için ne yapıp edip bir anıt diktirmek istiyordu. Asker, partizanları kuşuna dizecek bir infaz birliğine gönderilmişti. Ama silahını doğrultmayı reddetmiş, partizanların arasına geçerek onlarla birlikte kurşuna dizilmişti.

Nasıl bir insandı? İyi miydi, kötü mü? Ne yapmıştı? Kaderinden kaçmıştı. “Ben grubumla kilitlendim, onlar da kendi gruplarıyla kilitlendi. Kader de onların beni değil, benim onları vurmamı istedi; sonuçları ne olursa olsun rıza gösteriyorum” diyerek ateş etmiş olsaydı bu büyüklük olurdu. Ölmeyi seçerek kaderden kaçılacağını sanmak ucuzdur. Bunu anlıyor musun?

Babanın böyle bir durumda olmasına saygı göstermek zorundasın. Bu seni hiç ilgilendirmez. Bunu ne iyi ne de kötü bulmalısın; ne öyle ne de böyle.

JONAS Daha iyi anlıyorum.

HELLINGER O zaman bu, senin için de bir büyüklük ve kaderin güçlerine karşı saygı içerir.

Rahatlamış olarak şimdide yaşamak

ULLA Başımla ellerim arasında bir hareket var. Kendimi bütünüyle burada hissettiğimde ellerim ısınıyor, enerji doluyor. Bu sabah burada olmayışımın ne kadar aptalca olduğumu düşündüğümdeyse başım ağrıyor.

HELLINGER “Aptalca hareket ettim, şimdi sonuçlarını yaşıyorum” demen gerek. O zaman geçer.

Ulla güler.

İçsel edimi gözetmek

DAGMAR Çok doluyum. Benim için şu anda en önemlisi bu içsel edim. Annemi takdir etmeye, köken sistemim ve ailemi tanıyıp kabul etmeye devam ediyorum. Bana çok iyi geliyor.

Arzum artık daha çok mesleki alanda. Cinsel tacize uğramış, cinsel sınır aşımları yaşamış danışanlara nasıl davranmam gerektiği konusunda daha fazla bilgi istiyorum.

Ensest kurbanlarına neyin yardımı dokunur?

HELLINGER Ensestte çocuklara cinsel taciz çoğunlukla dengesiz bir verme-almanın sonucudur. Burada sık rastlanan bir durum şudur: Kadın bir evlilik geçirmiştir ve çocuğu vardır. İkinci evliliğini çocuğu olmayan bir adamla yapar. Şimdi arada bir seviye farkı oluşmuştur. Adam kendi çocuğu olmasa da çocuğa bakmak zorundadır. Dolayısıyla aldığından fazla verir. Kadın belki bunu açıkça istemektedir de. Ama böylece verme ve alma, kazanç ve kayıp arasındaki açıklık daha da artar. Artık bu sistemde karşı durulmaz bir denge ihtiyacı hakim olur ve olası bir telafi de kadının, eğer bir kız ise dengeyi sağlamak üzere çocuğu adamın önüne sürmesidir. Bu, ensestte çok sık rastlanan aile dinamiği arka planıdır. Ancak her ensest vakasında değil; daha başka dinamikler de vardır.

Buradaki dengesiz verme ve alma arasında çok açık bir şekilde görüldüğü gibi çocukların uğradığı başka türlü cinsel tacizde de hemen her zaman her iki ebeveyn de işin içindedir; anne arka, baba ön planda olmak üzere. Ve bu bir bütün olarak görülmedikçe hiçbir çözüm de getirilemez.

Peki çözüm ne olurdu? Burada her şeyden önce işimin kurbanla olduğundan ve ilgimin kurbana yardıma yönelmesi gerektiğinden hareket ederim. Terapist olarak beni ilgilendiren, suçlunun peşinde düşmek değildir, çünkü bunun kurbana hiçbir yararı olmaz. Sözgelimi bir kadın bir grup çalışması sırasında babası ya da üvey babasının cinsel tacizine uğradığını anlattığında ona annesini zihninde canlandırıp “Anne, senin için seve seve yaparım” demesini söylerim. Bağlam birden değişir. Kadın babasını da hayal ederek

“Baba, annem için severek yaparım” demelidir. Saklı dinamik bir anda gün yüzüne çıkar ve artık kimse önceki gibi davranamaz olur.

Durum henüz güncelse, ebeveynden biri, diyelim anne ile çalışmaktaysam, anneye çocuğun da orada oluşuyla “Çocuk bunu annesi için yapıyor” dedirtir, çocuğa da annesine şöyle söyletirim: “Bunu senin için severek yapıyorum”. O zaman ensestin sonu gelir. Artık devam edemez. Eğer erkek de oradaysa çocuktan ona “Bunu annem için, denge için yapıyorum” demesini isterim. Çocuk bir anda kendisini iyi olarak görür ve bilir. Artık kendisini suçlu hissetmesine gerek kalmamıştır.

İkincisi, çocuğun onurunu yeniden kazanmasında yardımcı olurum. Çünkü çocuk ensesti -açıkça ifade edelim- bir tecavüz olarak yaşar. Johann Wolfgang [9] adlı birinden küçük bir öykü anlatırım. “Oğlan bir gül gördü” diye bir şiir yazmıştır o. Şiir şöyle biter: “Alır gülü yaramaz oğlan, götürür çiçeksiz, ağaçsız bir yere. Karşı durur gülcük, batırır dikenlerini. Ama ne ağlamak işe yarar ne sızlanmak. Ne yapsın, çekecektir o da bu acıyı. Gülcük, gülcük, kırmızı gülcük, çıplak toprağın üstünde gülcük.” Sonra bir sır veririm ona: Gül hâlâ güzel güzel kokmaktadır!

Üçüncüsü: Çoğu çocuk için bu deneyim haz vericidir. Ama algıladıkları bu haz duygusuna güven duymazlar, çünkü vicdanları, özellikle de anneleri tarafından, bunun kötü bir şey olduğunu söylemektedir onlara. O zaman karmaşaya düşerler. Eğer böyle idiyse çocuk haz almış olduğunu itiraf edebilmelidir. Aynı zamanda da, haz verici olmuş olsa da çocuk her zaman suçsuz olduğu güvencesine ihtiyaç duyar. Merakı uyandığında ve bu deneyimi yaşamak istediğinde çocuk çocukça davranır, yine de o hâlâ masumdur. Buradaki haz kötülenecek olursa cinsellik, sanki korkunç bir şeymiş gibi tuhaf bir ışık altında görünür. Oysa ensestte gerekli bir deneyim sadece öne alınmıştır. Gayet pervasız bir ifade kullanacak olursak, insanın gelişiminde yer alan bir şey, çocuğun yaşamına fazlasıyla erken girmiştir. Çocuğa bunu böyle söylediğimde rahatlar.

Dördüncüsü, çocuğun sonraki gelişiminin böylece engellendiği kanısıdır. Öyledir. Çocuğun gelişimi engellenir, çünkü cinsel –burada “edim” kavramını kullanmak çok ileri gitmek olacaktır-, bu cinsel deneyimle kız ve suçlu arasında bir bağ oluşur. Bu nedenle çocuk daha sonra, ilkini onurlandırmaksızın yeni bir partner edinemez. Deneyim kötülenir, suçluya

zulmedilirse bu çocuğun ağrına gider. Buna karşılık çocuk eğer bu ilk deneyim ve ilk bağın arkasında durabilirse bunları yeni yaşantısına götürebilir. O zaman da bu deneyim orada çözülür, ortadan kalkar. Hiddet dolu bir yaklaşım ise çözümü engeller ve kurbana zarar verir.

CLAUDIA Peki bu çocuk için haz verici ve güzel olmadığında bağın durumu nedir?

HELLINGER Bağ yine de oluşur. Ama haz ya da acı verici, deneyim her nasıl olursa olsun çocuğun tacizciye öfkelenme hakkı vardır, çünkü her durumda kendisine bir haksızlık yapılmıştır. Tacizciye "Bana haksızlık yaptın, bunu hiçbir zaman affetmeyeceğim" demelidir. O anda suçu suçlunun üzerine atar, kendi sınırlarını çizer ve kendini olayın dışına çeker. Ancak derin duygu düzleminde ona suçlamalar yapacak biçimde öfkeli olmamalıdır. Derin duygular, heyecanlar düzleminde bu onu tacizciye daha da fazla bağlar. Sınırlarını açıkça çizmesi ise özgürleştirir. Savaş ve suçlamalar çözüm getiremez. Çözüm çift anlam taşır. Çözüm her zaman bir şeyden ayrılmaktır. Savaşta çözüm yoktur, çünkü savaş bağlayıcıdır.

Sistemik açıdan çok önemli olan bir şey daha var. Sistemik açıdan terapist her zaman suçlanan ile ittifak kurmak zorundadır. Dolayısıyla bu konuda çalışmaya başladığın an suçluya yüreğinde bir yer vermek zorundasın.

DAGMAR Kalbimde mi?

HELLINGER Kalbinde. Yoksa hiçbir çözüm bulamazsın, kurban için de bulamazsın. Tacizcinin kilitlenmiş olduğundan yola çıkmalısın. Bunun nasıl olduğunu bilmezsin. Ama eğer kilitlenmeyi görecek olursan onu anlayabilirsin. O zaman da ona yaklaşımında tamamen farklı bir yol seçersin. Aşağı yukarı böyle bir şey. Soruna açıklık getirebildim mi?

JOHANN Beni şaşırtan, çocuk ya da kurbanın suçluyu affetmemesi. Yine de çözebilir mi?

HELLINGER Affetmek haddi aşmaktır. Bu da çocuğa düşmez. Affetmesi suçu kendi üzerine alabilmesi gibidir. Suçun karşılıklı olarak işlenmesi durumu haricinde kimse kimseyi affedemez. Suç karşılıklıysa bağışlamak yeni bir başlangıca olanak tanır. Çocuk, "Yaşadığım şey kötüydü,

sonuçlarını sana bırakıyor, yaşamımdan buna rağmen iyi bir şey çıkarıyorum" demek zorundadır. Çocuk, cinsel tacizin kurbanı olmasına karşın gelecekte mutlu bir ilişki kurabilirse bu, suçlu için de bir rahatlamadır. Buna karşılık kurban gelecekte de kendini kötü hissetmeye, öyle de yaşamaya bırakırsa bu aynı zamanda suçludan bir intikam biçimidir. Yaşananlar, derinde, yüzeyde göründüğünden bambaşkadır.

CLAUDIA Tacizin çocuk için çok haz verici olması durumunda sıklıkla karşılaşılan, çocuğun diğer yetişkinlere de aynı şekilde yaklaşarak bir kez daha paylanması, bir yığın "bu yasak-kötü!" ile karşılaşması.

HELLINGER Çocuk diğer yetişkinlere de bu şekilde yaklaştığında bununla ebeveynine söylediği "Ben bir sürtüğüm ve tacizin suçlusu benim; sizin vicdan azabı çekmenize gerek yok"tur. Söz konusu olan yine çocuğun sevgisidir. Bunu çocuğa söylediğimde kendisinin bu bağlamda da iyi olduğunu bilir. Her zaman sevgi aranmalıdır. Çözüm de sevginin olduğu yerde bulunur.

DAGMAR Sevgiyi hiç görmediğim yer, çocuk pornografisi.

HELLINGER Bu tür karşı çıkışlar senin önündeki yolu tıkar.

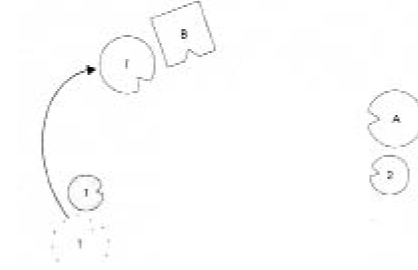
DAGMAR Bunu anlamadım.

HELLINGER Bütün bu süreçte gerekçenin sevgi olduğunu göz önünde bulundurmak gerekir. Kimseyi suçlamaksızın bir şeyi son derece kötü olarak deneyimleyebilirim. Her zaman bir kilitlenmeyi çözmenin yollarını aramalıyım. Her şeyden önce de kilitlenmeyi kurban için çözmenin yollarını. Eğer kurban kendisini olup biten her şeyin dışına çıkarır, suç ve sonuçlarını suçluya bırakarak deneyimi kendisi için iyi bir şeye dönüştürürse -ki bu durumda bunu yapabilir- yaşanmış olan, kurban için geçmişte kalarak çözülmüş olur. Ancak, kötü yürekli suçluyu topun ağzına koymak anlamında güçlü bir duygu işin içine karıştığı an kurban için çözümün önü tıkanmış olur. Kendisini böyle bir duyguya bırakan bir terapist, danışanına büyük zarar verir.

Bir örnek vereyim. Psikiyatristler için düzenlenen bir grup çalışmasında kadın bir psikiyatrist vardı. Büyük bir hiddetle, babasının tecavüzüne

uğrayan bir danışanı olduğunu anlattı. Ondan sistemi dizmesini, kendisi için doğru gördüğü yere geçerek de dizime katılmasını istedim. Danışanının yanına geçti. Sistemdeki herkes terapiste öfke duydu, kimse güvenmedi. Onu babanın yanına yerleştirdim. Bunun üzerine herkes sakinleşti, ona güven duydu ve danışan son derece rahatladı.

Bu dizimin resmi



HELLINGER Çok ağır suçların söz konusu olması hariç, kimse sistemden dışlanamaz. Ensest ise çok ender durumda bu kapsama girer. Çözüm, dışlanan herkesin yeniden sisteme dahil edilmesinde yatmaktadır. Yalnızca babayı görünürdeki suçlu olarak ele almaz, anneyi de perde arkasındaki gizli suçlu olarak görür isek çözüm de o kadar çabuk gelecektir. Terapist, sistemi bir bütün olarak görüp onunla bir olmak yerine yalnızca kurbanla bir olursa her şeyi daha da kötüleştireceği bir şekilde çalışır. Elde edeceği sonuç budur ve etkisi çok ötelere uzanır.

Suçlulara ne yardımcı olur?

BRIGITTE Peki sen suçlularla çalışırken ne yapıyorsun?

HELLINGER Onlarla bire bir ve korumalı bir çerçevede konuşurum. İlk sorduğum, kurbanın fail ve olaydan özgürleşmesinin, çekilen acı ve sonuçlarının iyiye dönüştürülebilmesinin bir yolunu görüp görmedikleri olur. O anda kendilerini savunmalarına gerek kalmaz. Böylece işbirliklerini kazanırım. İlk adım, üzüntü duymalarıdır. Bu üzüntü öncelikle içsel bir süreçtir. Ancak, çocuğa da "Sana yaptığım için üzgünüm" demesinin doğru olduğu durumlar vardır. Bu çocuğu rahatlatır ve suçluya zulmedilmesinden daha fazla yardımcı olur. Ama yapılanın da bundan ibaret olması gerekir.

Suçlular kurbanlarına karşı davranışlarını ne doğrulamalı ne güzel bir hale getirmeye çalışmalı ne de topa tutmalıdır. Yapmamaları gereken başka bir şey de suçlarını ortaya koyarak çocuktan af dilemek ya da kendilerini rahatlatacak herhangi başka bir şey beklemektir. Bu, çocuğun sırtına ek bir yük bindiren ve onu bir kez daha suçluya bağlayan yeni bir saldırı anlamına gelir. Aynı şey, işlenen suçtan haberdar olan anne için de geçerlidir.

Suçlu da olsa ebeveyn ebeveyndir. Yani ana baba, çocukların karşısındaki önceden verili ve onların üstlerindeki konumlarını korur. Bundan ötürü ne ebeveynle çocuklar arasında ne de üçüncü şahıslarla, örneğin psikoterapistlerle uzayıp giden açıklamalara yer verilmelidir. Bu çocukların önünde ebeveyni alçaltır. Yüzeyde onlara bir iyilik yapılıyormuş gibi görünse de çocukları da alçaltır. Çocuk aşağılanmış ana babasından olacaktır.

İş cezai kovuşturmaya vardığında faillere bahanelerin, bilirkişi görüşlerinin ardına sığınmaksızın cezaya boyun eğmelerini öneririm. Bu şekilde onurlarını bir an önce geri kazanmış olurlar.

Çoğu zaman suçlular adil bir cezanın dışında bir de suçlama kampanyasının hedefi olurlar. Ya da birisi haksız yere suçlanır, kendisini de savunamaz: Yalnızca kendisine yöneltilen suçlama bile tutuşmaya hazır kuru otların üzerine düşen kıvılcım gibidir. Onlara küçük bir öykü anlatırım:

Sükûnet

Psikoterapi konulu bir kongrede ünlü bir psikolog, dişiler üzerine bir konuşma yaptı ve tartışma sırasında genç kadınların şiddetli saldırısına uğradı. Kadınlara hâlâ büyük haksızlık yapıldığı, kadınların önünde bir erkeğin dişilikten söz etmesinin haddini bilmezlik olduğu görüşündeydiler.

Çok iyi niyetle konuşmuş olan psikolog haksızlığa uğradığını, köşeye sıkıştırıldığını gördü, hele bir de bu genç kadınların ileri sürdüklerine karşı söyleyecek pek az şey varken.

Olay sona erdiğinde geri dönüp neyi yanlış yaptığını düşündü. Meslektaşlarıyla görüştü. Bilge bir adamdan da öğüt almaya gitti.

Bilge, “Genç kadınlar haklı” dedi, “Gerçi, senin de gördüğün gibi erkeklere karşı koymada pek de zorlandıkları söylenemez.. Olasılıkla kendileri öyle kötü bir haksızlığa da uğramamışlar. Ama başka kadınların maruz kaldıkları haksızlığı sanki kendileri yaşamış gibi üstleniyorlar ve böylece de güçlerini ökse otu benzeri yabancı bir gövdeden kazanıyorlar. Gerçi kendilerine ait büyük bir ağırlıkları yok ve sevgide benzerlerine bağımlı kalıyorlar ama kendilerinden sonra gelenlere de yardım ediyorlar; çünkü biri tohum eker, başka biri ekin biçer.”

“Ben bunları bilmek istemiyorum” dedi psikolog. “Benim bilmek istediğim, bir kez daha böyle bir duruma düşecek olursam ne yapmam gerektiği.”

“Arazinin ortasında fırtınaya yakalanmış biri gibi davran; böyle biri fırtına dinene kadar sığınacak bir yer arar. Sonra yeniden açık havaya çıkar ve taze havadan sevinç duyar.”

Psikolog meslektaşlarının arasına döndüğünde bilgenin kendisine ne öğütlediğini sordular. “Pek hatırlayamıyorum ama” diye yanıtladı, “Galiba fırtınada da sık sık açık havaya çıkmam gerektiği düşüncesindeydi.”

İnfial

HELLINGER Suçlunun peşine düşmek yerine acı ve suçu iyi bir şeye dönüştürmek için geleceği güvence altına alacak şekilde hem kurbanlara hem de suçlulara yol gösteren yardımcılar da kimi zaman hiddetin hedefi haline gelir. Çünkü infial içinde olanlar kendilerini Musa'nın olsun, İsa'nın, Tanrının, "doğal töre"nin, bir topluluğun yasası olsun ya da yalnızca çağın gözü bağlı anlayışının onlara dayattığı olsun, zorlayıcı bir yasanın buyruğunda hissetmektedirler. Adı ne olursa olsun boyun eğdikleri bu yasa, infial içinde olanlara suçlular ve kurbanların üzerinde bir güç verir ve başkalarına yaptıkları kötülüğü haklı çıkarır. Soru, yardımcıların; kurbanlara ya da suçlulara veya kendilerine, haklı düzene zarar vermeksizin böyle bir infialle nasıl yüzleşecekleridir. Size bu konuda bildik bir hikâye anlatayım.

Eşini aldatan kadın

Bir zamanlar Kudüs'te bir adam Zeytin Dağı'ndan tapınağa gitmiş. İçeri girdiğinde bilgin hakimler genç bir kadını önüne sürüklemişler. Adamın çevresini alıp kadını ortaya, onun önüne dikmiş, "Bu kadın" demişler, "Kocasını aldatırken suçüstü yakalandı. Musa, emrinde bize bu kadını taşlamamızı buyurdu. Sen ne dersin?"

Ancak onlar için ne bu kadınmış söz konusu olan ne de yaptığı. İstedikleri, ılımlılığıyla tanınan bir yardımcıyı tuzağa düşürmekmiş. Ilımlılığı hiddetlendiriyormuş onları. Bu yasa adına hem kadını hem de eğer hiddetlerini paylaşmayacak olursa, suçla hiçbir ilişkisi olmasa da bu adamı mahvetmeyi meşru sayıyorlarmış.

Karşımızda iki grup suçlu var. Bunlardan birinde kadın yer alıyor. Eşini aldatmış ve bu eylemine öfkelenenler onu günahkâr olarak adlandırıyorlar. Diğer gruba da hiddetliler giriyor: Görüşleri açısından katil onlar ama kendilerini adil sayıyorlar.

Her iki grup üzerinde de aynı katı yasa hakim. Tek fark, gruplardan birinin kötü eylemi haksızlık, diğerinin daha da kötü eylemi hak olarak adlandırması.

Ama tuzağa düşürmek istedikleri adam hepsinden kurtarmış kendini: Eşini aldatan kadından, katillerden, yasadan, hakim konumundan ve büyüklenmenin kışkırtıcılığından. Eğilmiş ve parmağıyla kuma yazmış. Hepsinin önünde yere eğilmiş. Hiddetliler parmağıyla yaptığı işareti göremeyip sıkıştırmaya devam edince doğrulmuş ve "İlk taşı hiç günah işlememiş olan atsın" demiş. Sonra yeniden eğilip kuma yazmış.

Birden her şey değişmiş. Çünkü yürek, yasanın ona buyurduğu ya da yasakladığından fazlasını bilir. Hiddetliler, önde en yaşlılar, birer birer çıkarak sahneyi boşaltmışlar.

Adam ise onların mahcup düşmelerine saygı göstermiş, eğilmiş halde kalmış, kuma yazmaya devam etmiş. Ancak hepsi gittikten sonra doğrulup

kadına sormuş: “Neredeler? Hiçbiri mahkum etmedi mi seni?” “Hayır, Efendim” diye yanıtlamış kadın. Sonra, sanki kendisi de az önceki hiddetlilerle aynı görüşteymiş gibi “Seni ben de mahkum etmiyorum” demiş kadına.

Öykü burada sona eriyor. Nakledilen metne “Bir daha günah işleme!” cümlesi eklenmiş. İncil alimlerinin kanıtlayabildikleri gibi bu cümle, olasılıkla da öykünün büyüklüğü ve gücüne dayanamayan biri tarafından sonradan eklenmiş.

Bir şeyi daha belirtmek gerek. İnfial içinde olanlar ve öykü, asıl kurbanı göz ardı ediyor -kadının kocasını. Hiddetliler kadını taşa tutsalardı kocası çift kat kurban durumuna düşerdi. Ancak şimdi, aralarında hiddetliler olmaksızın bu ikisi telafi ve barışmanın yolunu sevgiyle bulma ve yeniden başlama olanağına sahiptir. Öfkeliler aralarına girebilseydi bu çözümün yolu tıkanmış olurdu ve yalnızca suçlu değil, kurban da daha kötü bir duruma düşerdi.

Sevenlerin değil infial içinde olanların ellerine düşen cinsel tacize uğramış çocukların da durumu kimi zaman böyle olur. Öfkeliler bu çocuklarla pek ilgilenmez. Çünkü hiddet duygusundan hareketle önerdikleri ve hayata geçirdikleri önlemler durumu kurban için ancak daha da zorlaştırmaya yarar.

Kurban durumuna bile düşse çocuk suçluya bağlı ve sadık kalır. Bu nedenle de babası takibe uğrar, ahlâki ve fiziksel olarak mahvedilirse çocuk da ahlâki ve fiziksel olarak ölür ya da daha sonra kendi çocuklarından biri bunun kefaretini öder. Hiddet ve hiddetin dayandığı yasanın laneti işte budur.

O halde seven yardımcılar ne yapmalı? Olayı dramatik hale getirmekten vazgeçmeli ve kurban gibi suçlunun da eskiye göre daha bilinçli, daha yumuşak yeni bir başlangıç yapabilmelerinin yalın
yollarını aramalıdırlar. Gözlerini sözüm ona daha yüksek yasa yerine ister kurban olsunlar isterse suçlu, yalnızca insanlara çevirmeli ve onlar arasında yer almalılar. Seven yardımcılar bilirler ki değişmez görünen yalnızca yasadır, yeryüzündeyse her şey gelip geçicidir ve bir sonu yeni bir başlangıç izler. Sundukları yardım alçak gönüllüdür ve herkes için sevgi içerir:

Kurbanlar, suçlular, arka plandaki gizli kışkırtıcılar ve bir zamanlar kendilerinin de onlardan biri olduğu intikamcılar için. Sorunu yanıtlayabildim mi?

BRIGITTE Evet.

Dizim: Tanrı gibi görünen kadınların gücünü ellerinden alan

HELLINGER Şimdi kapanış paylaşımına geçiyoruz. Bu, burada bir şeyi çözüme kavuşturmak için son fırsat. Thomas?

THOMAS Köken sistemimi dizmek ve büyükbabalarıma bakmak istiyorum.

HELLINGER Sistem kimlerden oluşuyor?

THOMAS Babam, annem, en büyükleri ben olmak üzere dört kardeş daha.

HELLINGER Ebeveyninden biri önceden evlilik ya da nişanlılık geçirmiş mi?

THOMAS Annemin evlenmeden önce bir erkek arkadaşı varmış. Adam evliymiş, annem de onunla arasında ruhsal bir bağ hissediyormuş. Ama babamla karşılaştığında "Bu adam benim için yaratılmış" demiş ve onunla evlenmiş. Babam öldüğünde annem bu adamla ilişkisine yeniden başladı.

HELLINGER Babanın önceden bir ilişkisi var mıymış?

THOMAS Hayır, babam engelli bir teologdu.

HELLINGER Engelli bir teolog ne demek?

THOMAS Bir tarikata girmiş ve bana söylediği kadarıyla bu işi "yüzde yüz elli yapmak" istemiş. Son derece çilekeş, katı bir tutum sergilemiş. Sonra bir bunalım geçirmiş ve tarikattan ayrılmış.

HELLINGER Babanın şükran duymadığı ne olmuş? Hangi lütuf? - Geçirdiği bunalım. Çünkü bu bir lütuf olmuş.

THOMAS Yolu başarısızlıklarla doluydu.

HELLINGER Bu lütufa şükran duymadığı için. -Sana bu konuda küçük bir öykü anlatayım:

Geçip giden lütuf

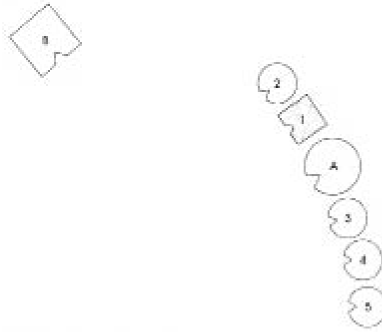
Uzun yağmurlar en sonunda büyük bir taşkına dönüştüğünde hahamın biri evinin çatısına çıkıp Tanrıya kendisini kurtarması için dua etmeye koyulmuş. Üzerinden fazla zaman geçmemiş ki bir adam kurtarmak için ona doğru kürek çekerek sandalıyla yaklaşmış. Ama haham, “Tanrı beni kurtarır” diyerek uzaklaştırmış onu.

Derken bir kurtarma helikopteri gelmiş. Ama onu da göndermiş haham. Sonunda boğulmuş.

Huzuruna gelip de Tanrıya kendisini kurtarmadığı için yakınınca “Sana bir sandal gönderdim” demiş Tanrı, “Bir de helikopter.”

HELLINGER Thomas’a Tamam, şimdi diz!

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğlan (=Thomas)

2 İkinci çocuk, kız

3 Üçüncü çocuk, kız

4 Dördüncü çocuk, kız

5 Beşinci çocuk, kız

HELLINGER Temsilcilere Hepiniz kime kızgınsınız?

İKİNCİ ÇOCUK Babaya mı?

HELLINGER Hayır.

Thomas'a Tanrıya. -Bu Tanrı kadın mı, erkek mi?

THOMAS Emin değilim. Anlaşılacak gibi değil.

HELLINGER Tanrı bir sistemde göründüğünde bu gerçekte her zaman sistem dışında biridir.

THOMAS O halde bir erkek.

HELLINGER Ben o kadar emin değilim. Pekâlâ, başlayalım. Baba nasıl?

BABA Berbat. Boşluğa bakıyorum ve onlarla hiçbir ilgim yok.

HELLINGER Doğru, lütuf işe yaramamış.

Anne nasıl?

ANNE Tek kelimeyle korkunç. Kesinlikle korkunç!

HELLINGER Thomas'ın temsilcisine Oğul nasıl?

İLK ÇOCUK İyi değilim. Buradan gitmek istiyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Üstümde aşırı bir yük hissediyorum. Kendimi bekar bir anne gibi hissediyorum.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben kendimi burada fırtınadan uzak bir köşede gibi hissediyorum.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Ben yalnızca hiçbir şey hissetmemekten dolayı iyiyim. Daha fazla söyleyecek bir şeyim yok.

HELLINGER Thomas'a Bana biraz babanın ailesinden söz et.

THOMAS Babam en büyük oğul. Yedi kardeşi vardı. Bir mağazası vardı. Aslında annemin babasına ait bir mağaza, evlendiğinde devraldı. Annem geçmişte olduğu gibi bugün de oranın baş kişisi.

HELLINGER Dört çocuk dışında belirleyici olaylar yaşandı mı?

THOMAS Bir halam veremden öldü. En küçük kardeşleri ikizdi. Onlardan biri merdivenden düşüp ölmüş. Babaannem eşinin rahip olmasını istemiş ama babasının babası buna engel olmuş.

HELLINGER Babasının babası mı engel olmuş?

THOMAS Babamın babası da kendisi gibi rahip olmak istemiş ama ona babası engel olmuş. Rahiplik isteği annelerden geliyormuş anlaşılan, babalar ya da o baba ise engel olmuş.

HELLINGER Tamam. -Şimdi Tanrı erkek mi, kadın mı?- Dizime bir ekleyelim bakalım.

THOMAS Kimi?

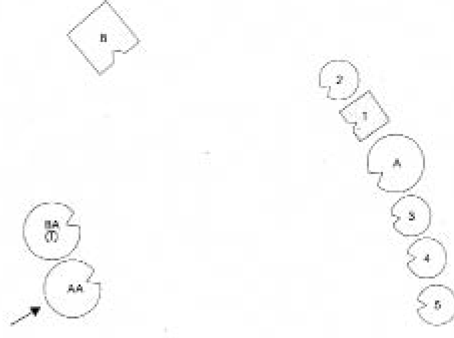
HELLINGER Bu Tanrıyı. Kim olabilir o?

THOMAS Ben bir kadın seçerdim.

HELLINGER Evet, Tanrı için bir kadın seç.

Gruba Korkmanıza gerek yok. Burada her zaman insanca bir rol söz konusu.

2. Resim



T Tanrı

HELLINGER Ne değişti?

İLK ÇOCUK Biraz rahatladım.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Orada neler olduğunu bilmiyorum, zaten bana da bakmıyor (Tanrı).

HELLINGER Ama enerji düzeyi yükseldi. -Baba nasıl?

BABA Bu Tanrıyla bir alıp vereceğim olsun istemiyorum.

HELLINGER Evet, ortaya çıktığında pek az insan onunla bir işi olsun ister.

BABA Üzerimde baskı yapıyor. Beni çok tedirgin ediyor. Gitmek istiyorum.

ANNE Onun (Tanrının) boynunu kırabilirim.

TANRININ TEMSİLCİSİ (THEA) Thomas’ın beni seçeceğini biliyordum, çünkü tehditkâr roller sıklıkla bana düşüyor.

HELLINGER Özür dilemene gerek yok. -Bu rolde kendini nasıl hissediyorsun?

TANRININ TEMSİLCİSİ İyi değil.

HELLINGER Enerji nereye yöneliyor?

TANRININ TEMSİLCİSİ Boşluğa, dosdoğru oraya.

HELLINGER Thomas’a Bu tam olarak hangi kadın ve nereye bakıyor?

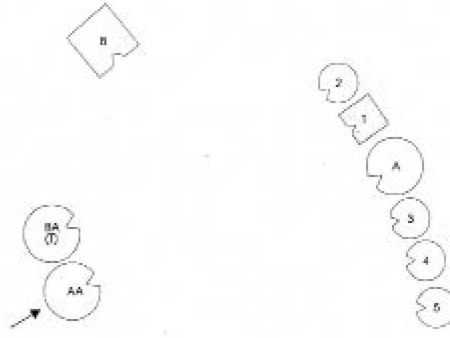
THOMAS Aklıma birisi geldi: Bizimle yaşayan diğer büyükannem.

HELLINGER Anneannen mi? -Ne olmuştu ona?

THOMAS Ölü bir çocuk doğururken az daha kendi canından da oluyormuş. Daha sonra annemi dünyaya getirmiş.

HELLINGER Onu da dizelim. Diğer kadının yanına yerleştir. Tanrıyı şimdi babaanne olarak kabul edeceğiz, olasılıkla öyleydi.

3. Resim



BA Babaanne

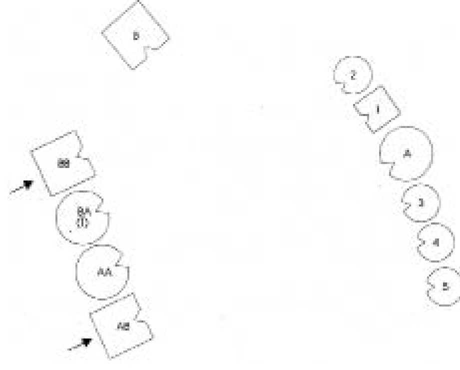
AA Anneanne

İKİNCİ ÇOCUK Enerji olağanüstü ölçüde yükseldi.

İLK ÇOCUK Bunu bir parça ben de hissediyorum ama doğru olan o değil.

HELLINGER Thomas’a Tanrının gücü elinden nasıl alınıyor? -İki erkek tarafından. İki büyükbabayı da yerleştirelim mi? Her birini, gücünü elinden aldığı kendi karısının yanına yerleştir.

4. Resim



BB Babanın babası

AB Annenin babası

İLK ÇOCUK Gittikçe daha iyi oluyor.

BABA Böyle çok daha rahat.

İKİNCİ ÇOCUK Çok daha az tehlikeli.

HELLINGER Evet, doğru. Çünkü tehlikeli olan kadınlar. Erkeklerse yaşamı ve yeryüzünü destekliyor.

İKİNCİ ÇOCUK Yeryüzünü mü?

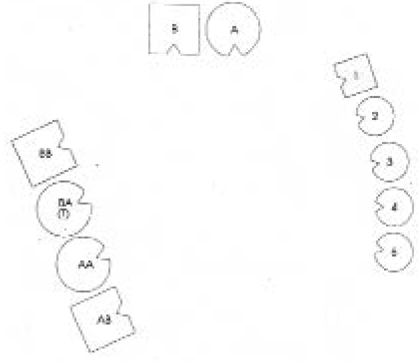
HELLINGER Çok tuhaf bir biçimde yeryüzünü. Çocuklar tehlike içinde olduğunda, sözgelimi intihar tehlikesi, hemen her zaman babalarının yanında daha güvendedirler.

BABA Büyükbabalar da geldiğinden bu yana büyük bir rahatlama oldu.

HELLINGER Git, karını al şimdi!

Baba ellerini çırparak karısının yanına gider, kolunu kadının omzuna dolayarak onun yanına geçer. Kadın gülerek onunla gider. Bu arada büyük kız kardeşleri erkek kardeşlerinin soluna geçer.

5. Resim



HELLINGER Anne ve babanın ebeveynine Siz nasılsınız?

BABAANNE Ben iyiyim.

BABANIN BABASI Ne iyi ne kötü. Her şey yolunda.

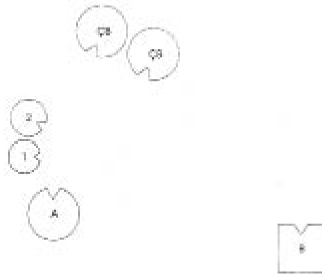
ANNEANNE Şimdi kendimi iyi hissediyorum.

ANNENİN BABASI Hayır duam onlarla.

ANNE Büyükbabalar geldiğinde ellerimin titremesi geçti, avuçlarım şimdi sıcacık.

HELLINGER Bir seferinde babası papaz olan bir kadının sistemini dizmiştim. Papaz ailelerinde her zaman Tanrının da dizime katılması gerekir. Kadının senaryo hikâyesi [10] “Yaşlı kadının ziyareti” idi. Kadın kişileri dizdiğinde bir yanda kadın, çocukları ve çocukların bakıcıları vardı, baba yalnız başına duruyordu.

Örnek: 1. Resim



B Baba

A Anne

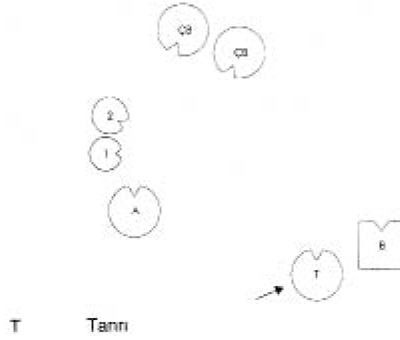
1 İlk çocuk, kız (=Danışan)

2 İkinci çocuk, kız

ÇB Çocuk bakıcısı

HELLINGER Bu ailede Tanrı kadın mı, erkek mi diye sordum. Danışan, “kadın” diye yanıtladı. Tanrıyı dizime öylece ekledik ve bu da “Yaşlı kadının ziyareti” idi.

Örnek: 2. Resim



T Tanrı

HELLINGER Tanrının böyle bir ailede görünmesi her zaman korkunçtur. Bu ailelerde Tanrı yaşamın düşmanı ve hemen her zaman bir kadındır. Erkek olarak göründüğünde yaşam düşmanı değildir.

BABAANNE (TANRI) Burada yalnız başıma dururken birden, bütün saldırganlığın ve mekanda yaşanan her şeyin bana yoğunlaştığı duygusuna kapıldım.

HELLINGER Erkeklerin olması ne kadar iyi, görüyor musun!

Thomas’a Sanıyorum durumu açıklayabildim. Kendi yerini almak ister misin?

Thomas dizimdeki yerini alır ve onaylayan bakışlarla çevresine bakar.

HELLINGER Bu dizimde çalışmayı en önemli nokta ile sınırladım; bu da bu durumda bütünüyle yeterli. Tamam mı?

Thomas başıyla onaylar.

HELLINGER Pekâlâ, bu kadar.

Kadınlar ve erkekler

HELLINGER Gruba Bu konuda başka bir sorunuz var mı?

ANNA Benim bir sorum var: Yeryüzü nasıl oluyor da eril? Ben hep başka türlü duydum. Bunu bilmek isterim.

HELLINGER Doğru, yeryüzü dişildir.

ANNA Yeryüzü dişil, ama sen dedin ki kadın?.. Anlamadım bunu.

HELLINGER Yeryüzü dişildir ama erkek ona çalışmasıyla çiçek açtırır. Şöyle söyleyelim, resimler çok yönlüdür. Ancak kadın kendisi ve çocuğu arasındaki ayırımı zor yapar. Erkek ise, eğer çok hasta değilse kendisi ve çocuğunu her zaman birbirinden ayırır. Bu nedenle de bireysellikleri açısından çocuklar babalarının yanında daha güvendedir.

ANNA Bunu anlayabiliyorum.

HELLINGER Böyledir. Kötü bir şey değil, doğada böyle sadece. Bundan ötürü erkeklerin -hâlâ- belirli bir rolü var.

THOMAS Kendime şunu sordum: Nedir bu benim yıkıcı huzursuzluğum?

HELLINGER Erkeklerin yanına gitmelisin. Bunu sana her zaman söyledim. Senin gibi, sakal bırakan erkekler, erkeklerin, özellikle de babalarının yanında olmalı. Annelerin etki alanından çıkıp babaların etki alanına girmeli.

(Yüzlerini kaplayan bir sakal bırakan erkekler, gerek kendi ailelerinde gerek baba tarafından kuşaklarca ötesine dek erkeklerin kadınları tarafından aşağı görülüp güçsüz kılındığı ailelerden gelirler.)

Tanrıdan kopuş

HELLINGER Thomas’a Söyleyeceklerini söyledin mi? İstediğin her şeyi aldın mı?

THOMAS Özdeşleşme konusunu hâlâ merak ediyorum. Ben kiminle özdeşleşmiştim?

HELLINGER Burada özdeşleşmenin doğru sözcük olduğunu sanmıyorum. Burada, hem yükümlülük hem de yükümlülüğü kırma dürtüsünün aktarımı söz konusu. Her ikisinin de.

THOMAS Bunu ben de böyle yaşıyorum zaten.

HELLINGER İkisi de işin içinde. Taklit, senin yükümlülüğü hem almanı hem de almamanı gerektiriyor.

THOMAS Doğru. Tam olarak böyle.

HELLINGER Peki çözüm nerede? -Tanrıdan kopuşta. Çünkü bu, çok küçük bir Tanrı. Daha büyük bir şeye yönelmek üzere ona onurlu bir biçimde veda et. O zaman doğru yerde olursun. Daha büyük Tanrı babana bir sinir krizi gönderdi; ama baban bunu göremedi.

THOMAS Soru, benim ondan gelen neyi görebileceğim?

HELLINGER Hiçbir şey. Yeryüzüne sevgini koru. Ailende böyle bir rol oynayan Tanrı, ortaya yeryüzünün düşmanı olarak çıkıyor. Oysa tanıdığımız tek gerçeklik, yeryüzü. Bildiğimiz en büyük şey o. Ve en büyük sırrı da o saklıyor, gökyüzü değil.

THOMAS Yeryüzüne yönelmek, artık bunu yapar oldum ben.

HELLINGER Doğru. Bu, içindeki çocuğun da senin erkeklerin yanında -ya da onlar arkanda kalacak şekilde önlerinde- yer almanla kendisini oraya götürmene izin vermesine bağlı. Hepsi bu. Tamam mı?

Ama içsel çağrılar, adına tanrısal ya da her ne denirse çağrılar üzerine de bir şey söylemek istiyorum. Bunlar genelde yalnızca ailede görünen Tanrıdan gelirler, bu da çoğu zaman annedir.

Kişi sözgelimi rahip olmak üzere böyle bir çağrı aldığında ve senin ailende olduğu gibi buna aykırı hareket ettiğinde ancak dinsel tavrını bir yana bırakarak ya da değiştirerek başarıya ulaşabilir. Yoksa sonunda kendisini belki de çağrıyı izlemiş olsa yaşayacağına kıyasla daha da sınırlı bir biçimde yaşıyor bulabilir. Bu nedenle insan böyle bir içsel çağrının etkisinden ancak -kaba bir ifadeyle- bu Tanrıyı lanetleyerek kurtulabilir. Bunu da ancak büyük bir inancı, gücü olan yapabilir. Bunu başaramayan, çözüme de ulaşamaz.

Buna bir örnek olarak küçük bir öykü anlatayım size; adı “Kopuş” da olabilir, “İnanç” da, “Sevgi” de. Bu hikâyede hepsi aynı şey.

Daha büyük inanç

Adamın biri gece, rüyasında kendisine “Ayağa kalk, oğlunu, biricik sevgili varlığını al, onu sana göstereceğim dağa götür ve kurban olarak bana sun!” diyen Tanrının sesini işitmiş.

Sabah kalkmış. Oğluna, biricik sevgili varlığına bakmış, karısına, çocuğun annesine bakmış, Tanrısına bakmış. Çocuğu almış, dağa götürmüş, bir sunak kurmuş, çocuğun ellerini bağlamış, bıçağını çıkarıp kesmek istemiş. Ama o anda başka bir ses daha işitmiş ve oğlu yerine bir koyun kesmiş.

Oğul babaya nasıl bakar?

Baba oğula?

Kadın erkeğe?

Erkek kadına?

Tanrıya nasıl bakarlar?

Ya Tanrı -eğer varsa- nasıl bakar onlara?

Başka bir adam gece, rüyasında kendisine “Ayağa kalk, oğlunu, biricik sevgili varlığını al, onu sana göstereceğim dağa götür ve kurban olarak bana sun!” diyen Tanrının sesini işitmiş.

Sabah kalkmış. Oğluna, biricik sevgili varlığına bakmış, karısına, çocuğun annesine bakmış, Tanrısına bakmış. Cevabını yüzüne karşı vermiş: “Yapmıyorum!”

Oğul babaya nasıl bakar?

Baba oğla?

Kadın erkeğe?

Erkek kadına?

Tanrıya nasıl bakarlar?

Ya Tanrı -eğer varsa- nasıl bakar onlara?

Anlatabildim mi?

HARTMUT Gayet sivri bir biçimde.

HELLINGER Kopuşun ne anlama geldiğini, nasıl bir güç ve sevgi gerektirdiğini ve çocuklarını kurban edip kendisini de bu Tanrının bıçağı altına yatıran inananın inancının ne kadar küçük olduğunu açıkladım.

Dizim: Babanın ebeveyni konsantrasyon kampında öldürülmüş, annenin ebeveyni saklanarak kurtulmuş

ANNA Ben köken ailemi dizmek istiyorum.

HELLINGER Diz.

ANNA Aile babam, annem, iki yaş büyük olan ablam ve benden oluşuyor.

HELLINGER Ya babanın ebeveyni ve ailesi?

ANNA Babamın ana babası daha ilk zamanlarından konsantrasyon kampına götürülerek orada öldürülmüş. Babam ve kız kardeşi onlardan ayrılmış ve hayatta kalmışlar. 1937'de İngiltere'ye gitmişler.

HELLINGER Ya annenin ebeveyni?

ANNA Annemin babası, anneannemle evlenmek için Yahudiliğe geçen bir Hıristiyan. Büyük ana babam ve annem, büyükbabamın kız kardeşi tarafından saklanarak kurtulmuşlar.

HELLINGER Yahudiliğe geçen büyükbaba çok önemli. Bu durumda, bir telafi olarak senin bir Almanla evliliğin başarılı olabilir. -Evet, doğru. Bunun bir telafi olabileceğini hissediyor musunuz? Bir örnek vereyim bu konuda:

Birisi, büyükbabasının bekar bir erkek olarak küçük bir yere gittiğini, oradaki en zengin çiftçinin tek çocuğu olan kızıyla evlendiğini anlatmıştı. Kadın Reformist kilisesine mensuptu, erkekse Katolik. Düğün günü, kızın ebeveyni dehşet içinde, Reformist kilisesinin değil de Katolik kilisesinin çanlarının çalmakta olduğunu gördü. Kadının ana babası aldatılmıştı. Erkeğin büyük ebeveyni de Katolik töreniyle evlenmişlerdi, çocukların hepsi Katolik'ti.

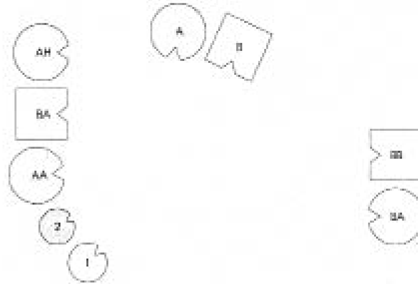
Adam bir gün kız kardeşine sordu: “Senin kızının adı neden Karin?” “Ah” diye yanıtladı kardeşi, “Katharina koyacaktık ama daha modern bir biçimi olsun istedik ve Karin koyduk adını.” Adamın zihninde bir ışık yandı: “Katharina bizim Reformist büyükannemizin ismiydi.” Kız kardeşinin aklına bu bağlantı hiç gelmemişti. Kendisi de bir Reformist ile Katolik usulü evlenmiş ve bütün çocukların Katolik olmasına karar vermişti. Ama sırrına kimsenin eremediği son derece esrarengiz bir biçimde -ancak adamın kız kardeşinin de kendisi hiç bilincinde olmaksızın açıkça ısrar etmesiyle- bu Karin Reformist olarak vaftiz edildi. Telafi buydu.

ANNA Ayrıldığım kocam Katolik, çocuklarım da vaftiz edildi.

HELLINGER Bu yerinde bir şey. Tamam.

HELLINGER Önce ana babanı, kendini ve kız kardeşini diz. Sonra da diğer önemli kişileri: Babanın ve annenin ebeveynlerini ve onları saklayan kız kardeşi.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, kız (=Anna)

BB Babanın babası, konsantrasyon kampında ölmüş

BA Babaanne, konsantrasyon kampında ölmüş

AB Annenin babası, Yahudiliğe geçmiş

AA Anneanne, Yahudi, saklanması sayesinde hayatta kalmış

AH Annenin halası, annenin ebeveynini saklamış

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Ben iyiyim. Az önce, dizim sırasında iki kızımı gözden kaybettiğimde gerçek bir kayıp duygusu yaşadım.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Büyük bir enerji var ortada, bu da bir parça sıkıntı verici. Demin, ebeveynin konsantrasyon kampında öldüğünü duyduğumda, yeterince dikkat etmedim diye bir düşünce geçti aklımdan. Oldukça da objektiftim. Onların başına geleni gördüm. Kötü bir şey. Aynı anda da, yeterince dikkat etmedim, diye düşündüm; o halde bunu böylece kabul edebildim.

HELLINGER Abla nasıl?

İLK ÇOCUK Önce burada tek başıma dururken ana babama karşı sıcak bir duygu aktı içimden. Sonra yerim değiştirilirken bu sıcaklık azaldı. Ardından babamın ebeveyni gelince onlara doğru tehdit edici güçlü bir çekim hissettim. Kız kardeşimle kendimi gayet iyi hissediyorum. Diğer büyük ebeveynim de benim için bir denge unsuru. Yani burada gayet iyiyim.

HELLINGER Anna'nın temsilcisine Küçük kız kardeş nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Kendimi son derece kötü hissediyorum. Öfkeden kendimi kaybedebilirim. Buradaki herkesi cana yakın buluyorum, boğucu ölçüde cana yakın. Yegâne bağım, büyükbabanın kız kardeşine. Onu harika buluyorum. Ama diğer herkes benim için fazlasıyla cana yakın. Üzerinden bir şey atmak istercesine baştan aşağı silkelenir.

HELLINGER Kendini kaybetmek yolun daha kolay olanıdır.

İKİNCİ ÇOCUK Yüzleşmeye kıyasla mı demek istiyorsun?

HELLINGER Doğru.

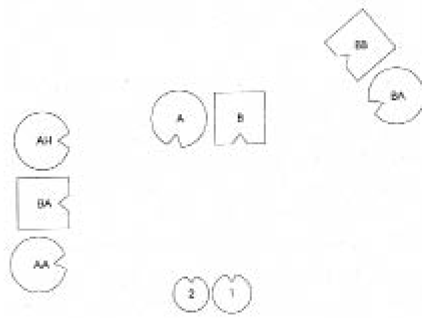
İKİNCİ ÇOCUK Evet, bunun daha kolay olduğunu ben de hissediyorum.

BABANIN BABASI Tuhaf. Ayaklarım yerin altlarına doğru uzanırken bir yandan da havada yükseliyormuş gibiyim. Oğlum ve ailesine doğru sıcak bir akım var yüreğimde, diğer büyük ebeveyn ve kız kardeşe de dostça bir enerji akıyor. Ama onları bir topluluk halinde algılıyorum daha çok, bireysel olarak değil. İyi niyetle karışık bir duygu bu.

BABAANNE Garip bir şekilde kayıtsızım. Sanki bütün bu olup biten beni hiç ilgilendirmiyormuş gibi.

Hellinger resmi, çocukların ana babalarının karşısında duracağı şekilde değiştirir. Babanın öldürülen ebeveynini arka plana çeker.

2. Resim



ANNENİN BABASI Böyle çok daha iyi.

HELLINGER Babaya Senin için nasıl oldu böylesi?

BABA Daha fazla güç hissediyorum.

HELLINGER Ölmüşler yaşayanlara yer açmak zorunda.

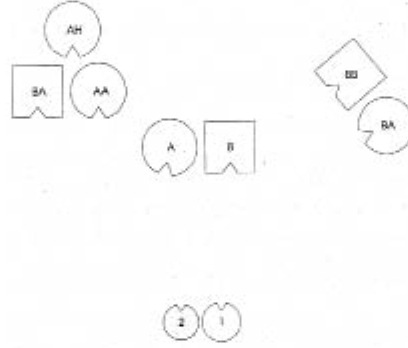
ANNENİN BABASI Şimdi kendimi iyi hissediyorum. Demin, diğer büyük ebeveyn karşımda dururken arada bana iyi de gelen bir güç alanı vardı; kendimi güçlü hissettiriyordu bana. Onlar gittiğinde bu duygu da kayboldu. İki torunum benden çok uzaktaydı. Şimdi böyle karşımda olmaları iyi.

ANNEANNE Önceki yerimde kendimi bütün bu topluluğun anasıymışım gibi hissediyordum. Şimdi kocama daha fazla yönelebiliyorum.

ANNENİN HALASI Kalbim çok hızlı atıyor, ama bunun böyle iyi olduğunu da biliyorum.

Hellinger annenin ebeveyni ile halayı daha geriye çeker.

3. Resim



ANNENİN HALASI Böyle daha iyi. Burası en sakin yer.

İKİNCİ ÇOCUK Annemle babamın ayakları daha bir yerde sanki şimdi, onlarla daha rahat yüzleşebilirim artık. Onları görebiliyor, rahatça yönelebiliyorum. Büyük ebeveynlerle ilişkim zaten iyiydi. Yalnızca büyük halamı pek o kadar rahat göremiyorum.

HELLINGER Anneye Ebeveynin ve halanın daha arkanda olması senin için nasıl?

ANNE İyi.

HELLINGER Dışlanmış insanlarla ilişkimizle güç sahibi insanlarla ilişkimiz arasında büyük bir fark vardır. Güç sahibi olanlar daha çok arka planda kalırken dışlanmış olanlar ön plana çıkmak zorundadır. Buradaki herkes kabul görüyor. Onurlandırılıyorlar. Diğerleri içinse hayat devam ediyor. Yaşanmış kötülük böylece artık geride kalabilir.

Anna’ya Pekâlâ, şimdi kendi yerini al.

Anna dizimde yerini alır ve ağlamaya başlar.

HELLINGER Gözlerini açık tut ve herkese sevgiyle bak.

Anna başıyla onaylar ve herkese bakar.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Yaşamın lütfu

IDA Kendimi tetikte hissediyor, içimde bir yanma duyumsuyorum. Heyecanlıdır, gözleri dolar. İç sesimi daha fazla duymak istiyorum. İç sesim oracıkta, bunu giderek daha sık hissediyorum. Ama bu sese biraz daha fazla güven duyabilmek istiyorum.

HELLINGER Bir zamanlar sofu bir Yahudi yaşarmış. Her gece Tanrıya piyangoda kazanmak için dua edermiş. Yıllar sonra Tanrının sesini işitmiş: "Artık bana bir şans vermek için git de kendine bir piyango bileti al."

IDA Yaşam beni sıklıkla ödüllendirdi. Hâlâ çok heyecanlıdır.

HELLINGER Babana bak, onu uzaktaki o yerde bırak. Ona ve ailesine sevgiyle bak. Onları oldukları yerde bırak ve sevgiyle bak. Babanın kutsamasını al. Onun öldürülen kardeşlerini al içine. Onlar bunu ortadan kaldırdı mı?

IDA Hayır. Rahatlamış bir halde içini çeker.

HELLINGER Çünkü bu mümkün değil. Bu bir yerlerde yaşamaya devam ediyor. Nerede ise orada bırak. -Bunu yapabilir misin?

Ida başıyla onaylar.

HELLINGER Mezarlık için güzel bir sözcüğümüz var Almanca'da: Friedhof [11]. İç huzurunun, sükûnetin olması gerektiği ve olabileceği yer orası. Ölmüşler de huzur içinde olmalı. İyi mi böyle?

Ida başıyla onaylar.

HELLINGER Gördün mü, daha iyi olanı bulduk şimdi (bkz. Sf. 39).

WILHELM Benim söyleyecek daha fazla bir şeyim kalmadı. Kendimi çok heyecanlı hissediyorum.

SOPHIE Ben de kendimi iyi hissediyorum. Sakinim. Enerji düzeyim yeniden yükseldi, şimdi bu sabahki ve öğleden sonrakinden daha yüksek. Buradan istediğim bir şey kalmadı.

HELLINGER İyi ellerdesin, annenin ellerinde.

KLARA Ben de iyiyim. Kendimi ödüllendirilmiş hissediyorum.

Dizim: Erken ölen babayı bulmak ve almak

JAN Ailemi dizmek istiyorum.

HELLINGER İyi.

JAN Babam annemden önce bir evlilik geçirmiş, o evlilikten bir oğlu olmuş.

HELLINGER Çocuk kimin yanında büyümüş?

JAN İki yaşına, babamın ölümüne kadar bizde, sonra babamın ana babası yanında dört yıl yaşadıktan sonra annesi onu İtalya'ya aldırmış. Orada da kaldı. Babam hap bağımlısıydı, böbrek iflasından da öldü.

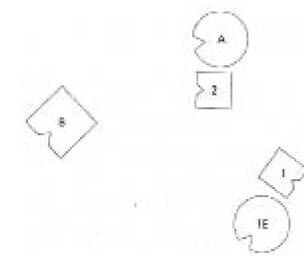
HELLINGER Babanın bu evliliğinin neden ayrılıkla sonuçlandığını biliyor musun?

JAN Söylediklerine göre babamın bağımlılığı yüzünden. Anlaşamamışlar.

HELLINGER Babanın ailesinde özel bir şey yaşanmış mı?

JAN Babamın babası alkolikmiş.

1. Resim



B Baba

1E Babanın ilk eşi, 1'in annesi

1 İlk çocuk, oğul

A Anne

2 İkinci çocuk, oğul (=Jan)

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Çok üzgünüm.

HELLINGER İlk eşi nasıl?

BABANIN İLK EŞİ Konumumdan hiç memnun değilim. Bir oğlum olduğunu biliyorum ama kimseyle temasım olmaması beni öfkelendiriyor. Kimseyle ilişkim yok. En azından oğlumun yanında olmak istiyorum.

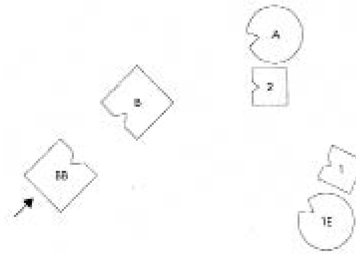
HELLINGER Oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Öylesine gerçek dışı ki bu, oturup üzerine felsefe yapmak isterdim.

HELLINGER Evet, öyle.

Hellinger babasını babanın karşısına yerleştirir. İkisi birbirlerine gülümserler. Sonra baba bir adım geri atar. İlk eşten olan oğul aileye doğru çevrilir. İlk eş, oğlunun yanına yerleştirildiğinde derin bir nefes alır.

2. Resim



BB Babanın babası

HELLINGER Babaya Böyle nasıl?

BABA Çok iyi.

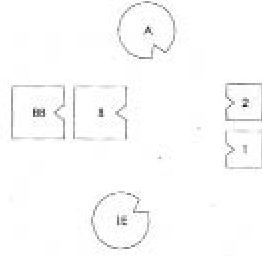
HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Kocamın babası gelmeden önce aklımdan arkamı döndüğüm gibi oğlumu alıp gitmek istediğim geçiyordu. Ama babası da geldiği anda eşim yeniden ilginç ve çekici bir hale geldi.

İKİNCİ ÇOCUK Başlangıçta, burada tek başıma dururken, ilginç bir adam olmalı bu, diye düşündüm. Yüzünü daha fazla görmek istiyorum. Anne benim için bir destek. Burada olduğuna seviniyorum. Babamın babası ortaya çıktığında bunun babama iyi geldiğini gördüm, böylece bana da iyi geldi. Öncekinden daha iyiyim böyle.

Hellinger resmi değiştirir.

3. Resim



BABA Bakış açım çok geniş. İki kadından iyi gelen bir enerji alıyorum. Oğullarım görüş açım içinde. Her şey dengede benim için.

İLK ÇOCUK Duygular birbirini izliyor. Kardeşimin yanında olmak iyi ama başka başka yerlerden geldiğimizi de biliyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Sol elimde soğuk bir hava akımı hissettim, büyükbaba geldiğinde geçti. Bu iyi.

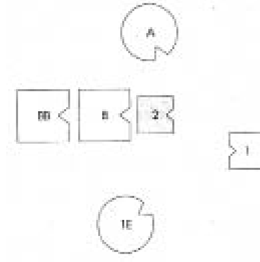
HELLINGER Jan’a Kendi yerine geç.

Jan dizimdeki yerini alır. Çevresine onaylayarak bakar.

HELLINGER Şimdi seninle küçük bir deneme yapacağım, tamam mı? Erkeklerin ne olduğunu anlaman için.

Hellinger Jan’ı sırtını babasına döneceği şekilde yerleştirir.

4. Resim



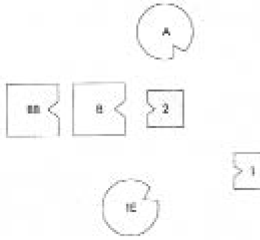
JAN Bir süre sonra Bu beni biraz korkutuyor.

HELLINGER Biraz öyle kal.

Uzun bir sürenin ardından İçindeki itkiyi izle. Babaya doğru dön.

Jan yüzünü babasına döner ve onun boynuna atılır. Kucaklaşırlar. Jan hüngür hüngür ağlar.

5. Resim



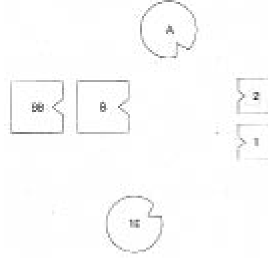
HELLINGER Jan’a Açık ağızla derin nefes al! Ses çıkarmadan nefes alıp ver! Derin derin nefes alıp ver! Kuvvetle! Gücünü koru! Güç al!

Babanın babasına Onları kucaklayabilirsin.

Babanın babası oğlu ve torununu kucaklar.

HELLINGER Yeniden sakinleşen Jan’a Yerine dön ve herkese bak.

6. Resim



HELLINGER Jan’a Böyle iyi mi?

JAN İyi böyle.

Dizim: Yerinde ayrılık

HELLINGER Hartmut, seninle devam edelim.

HARTMUT Benim tek bir konum var: Canıma okundu ve buna da seviniyorum, çünkü ihtiyarın artık bu işe karışamayacağını biliyorum. Kafamda açık kalan soru, insanın kendi kurduğu ikincil ailesinin ne kadar önem taşıdığı. Çünkü buradaki dizimlerin hemen hepsi köken aileyle ilgiliydi. Öyle bir kadınla evlendim ki kendime şunu soruyorum…

HELLINGER Ne istiyorsun?

HARTMUT Yirmi yıl önce ayrılıkla sonuçlanan kendi kurduğum aileyle bağımı içsel olarak çözmek istiyorum, çünkü şimdiye dek…

HELLINGER Aileni dizelim, bunu hemen yapmış oluruz.

HARTMUT Tek bir sözcükle olacağını sanıyorum.

HELLINGER Yap!

HARTMUT Yap!

HELLINGER Hayır, baskı yapmadan!

HARTMUT Bunu seve seve yaparım, yalnızca kalan kısıtlı zamanı düşünüyorum. Kimi zaman çözüm getiren sözcüğü anında buluyorsun.

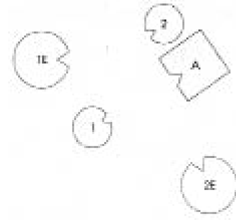
HELLINGER Ailende kimler var?

HARTMUT İlk karım ve iki kızım. Ve ikinci karım. Ondan çocuğum yok.

HELLINGER İlk eşinden neden ayrıldın?

HARTMUT Gitmek istedi.

1. Resim



A Adam (=Hartmut)

1E İlk eş, 1 ve 2’nin annesi

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, kız

2E İkinci eş

HELLINGER Adam nasıl?

ADAM İlk güdüm büyük ölçüde cinseldi -kızlara karşı. Emin olamadığım, bir yer değişikliğiyle güdünün azalıp azalmayacağını görmek istediğim için Hartmut’tan yerimde düzeltme yapmasını istedim. Ama hâlâ devam ediyor. Diğer aile bireylerini algılamıyorum.

HELLINGER İlk eş nasıl?

İLK EŞ Çok öfkeliyim, özellikle de ilk çocuk bana güldüğünde. Arada durduğunu, yerinin orası olmadığını hissediyorum.

Baba büyük kıza güler.

HELLINGER Büyük kız nasıl?

İLK ÇOCUK Asıl dikkatim babaya yöneliyor. Onunla görülecek bir hesabım var. Anneyi temsil ediyormuşum gibi bir izlenimim var. Babanın aklını başına getirmek gerek.

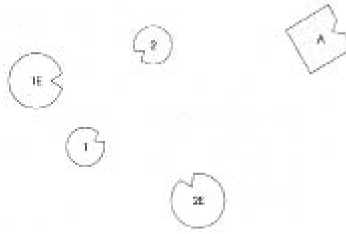
İKİNCİ ÇOCUK Burada kendimi yerimde hissetmiyorum. Bana bir santim daha yaklaşacak olursa dövüşürüm onunla. Anneye mi, babaya mı daha çok öfkeli olduğumu bilemiyorum.

İLK ÇOCUK Kız kardeşimin orada işi ne diye düşündüm.

İKİNCİ EŞ Adama çok öfkeliyim. Öfkeden boynuma kramp giriyor. Kendimi dışlanmış hissediyorum. Kullanılmış ve dışlanmış.

Hellinger resmi değiştirir.

2. Resim



HELLINGER Hartmut'un temsilcisine Şimdi nasıl?

ADAM Pencereden katedrali görüyorum.

HELLINGER Kendini nasıl hissediyorsun?

ADAM Beni kendisine çekiyor. Gerçekten. Boş laf değil bu. Oraya gidebilirim. Arkamdakileri artık hiç hissetmiyorum.

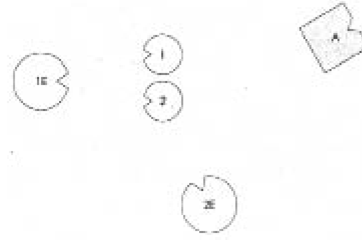
HELLINGER İlk eş nasıl?

İLK EŞ Bu bence iyi. Kızlarla açığa kavuşturmam gereken bir şey varmış gibi hissediyorum.

İLK ÇOCUK Biraz kızgındım burada. Önce onunla (baba) görülecek bir hesabım olduğunu düşünüyordum, şimdiyse öylece çekti gitti. Onu arkasından boğabilirim.

Hellinger resmi bir kez daha değiştirir.

3. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

Anne ve kızlar birbirlerine gülerler.

İKİNCİ ÇOCUK Az önce gittiğinde ortam aydınlanmaya başladı. Bu, annenin bizimle açığa kavuşturacağı bir şeyi olduğunu söylemesiyle daha da arttı.

İKİNCİ EŞ Kendimi yeniden özgür hissediyor ve gitmek istiyorum.

HELLINGER Hartmut'a Ayrılıklar yerinde.

ADAM İlkinin üzerine gelen ikinci bir duygu var içimde: Felç olmuşum, çakılıp kalmışım gibi.

HELLINGER Hartmut'a Köken sisteminde olağandışı ne yaşanmış?

HARTMUT Annem babamla sevmeden evlenmiş. Annemin yakınında olmak istediği dayımla özdeşleştim ben. İlk karım evlenmek, çocuk sahibi olmak istemiyordu. Bu iki şeye de ikna etmem uzun zaman aldı.

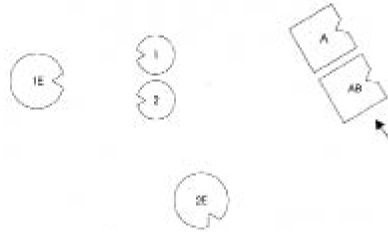
HELLINGER Köken ailendeki kilitlenme açısından bunu yapmamalıydın. Bu nedenle de gitmen ve aileni bırakman yerinde.

HARTMUT Peki benim ne yapmam uygun olur?

HELLINGER Ben yalnızca burada görüneni gösteririm. Bunun dışında görüş belirtmek bana düşmez. Kendi yerine geçmek ister misin?

Hartmut dizimdeki yerini alır. Hellinger babasını Hartmut’un yanına yerleştirir.

4. Resim



AB Adamın babası

HARTMUT Kendimi babamın yanında özgür ve iyi hissediyorum. Babamla barıştım. Kaderi benim de kaderimdi.

HELLINGER Pekâlâ, bu kadar.

Ağırlıktaki hayır

FRANK Evliliğe nasıl adım attığımı her aklıma getirişte zihnimde kıyametler koptuğunu fark ettim. Önceleri kafamda gayet açıktı: Onunla evlenirsem, yeterince sevmediğimden -böyleydi izlenimim- bu yanlış olur. Evlenmezsem de o zamana dek olduğu gibi yıkıcı bir şekilde devam eder ilişki.

Sonra ikimiz de, bir evlenelim bakalım, dedik; yürümezse ayrılırız. Bu bir hataydı elbette. Yürümedi. Ben sürekli ilişkinin dışına çıkmak, özgür olmak istedim. Ama böyle de yürümedi. Farkına varmaksızın sürekli yanlış yapıyordum. Kızdım, köpürdüm, akla gelmeyecek şeylere başvurdum. Hiçbir işe yaramadı. Bu nedenle hep suçlu olanın ben olduğum duygusunu taşıdım.

HELLINGER Basit bir çözümü var. Le Bon diye biri bir kitap yazmıştı zamanında.

FRANK Kitle Psikolojisi.

HELLINGER Doğru. Kitle Psikolojisi'ni yazdı. Aynı Le Bon'un bir de seçkin psikolojisi konulu kitap yazdığını duydum. Kitabı okumadım ama hakkındaki bir eleştiride Le Bon'un seçkinlerin kitlelerden ne ölçüde ve tek bir noktada ayrıldığını ortaya çıkarışını okudum.

FRANK Kendilerini seçkin sanmalarıyla.

HELLINGER Hayır, suçlu aramayışları, davranışlarının sonuçlarını anında kendi üzerlerine alışlarıyla. Böylece de sürekli olarak harekete geçmeye hazırlar. Ne yazık ki pek az insan seçkin sınıfına girmekte.

Grupta gülüşmeler.

FRANK Özellikle de senin hep söylediğinde yatıyor bu: İnsanın ulaşabileceği en yüksek noktanın sıradan şeylerde olduğunda.

HELLINGER Dolayısıyla senin için çözüm, “yanlış yaptım ve sonuçlarını üstleniyorum” demek olabilir. Bu seni anında eyleme hazır kılar. Böylece kazandığın yığınla deneyim de cabası. Bu işin diğer yönü. Beraberinde bereketini getirmeyen ağırlık yoktur.

Bir sonraki adım

UTE Kendimi biraz bölünmüş hissediyorum ama nedenini bilemiyorum. İsteğim, senden aldığımın etkisini göstermesi. Ama önceki kadar sakin değilim. Neden, bilmiyorum.

HELLINGER Çünkü bir sonraki adım seni bekliyor. O seni sakinleştirecek.

Darlık

UTE Gördüğüm çoğu dizimde aile bireylerinin birbirlerinden nispeten uzakta durduğu dikkatimi çekti. Benim içinse kişileri birbirlerine çok yakın dizmek çok önemli. Buradan, böyle ailelerde çok fazla sıkışıklık ve yakınlık olduğu sonucu çıkarılabilir mi?

HELLINGER Evet. Herkes için bir hareket alanı gereklidir.

UTE Yani böyle ailelerde bu olmamıştır, öyle mi?

HELLINGER Evet. Darlık gelişimin reddidir.

Anne ve çocuk

JOHANN Aklıma, anneme gidip onu kucaklamam gerektiği düşüncesi geldi.

HELLINGER Hayır, hayır. Bu kendini beğenmişlik olur. Yaşlı ananı rahat bırak. Ama ondan seni kutsamasını isteyebilirsin. Senin hastanede yattığın zamanın onun için ne kadar zor olduğunu anladığını söyleyebilirsin. Yoksa daha aşağı seviyede durup bir çocuk olarak almak yerine yine vermeye başlayabilirsin. Senin için yaptığını aldığını ve onurlandırdığını, bundan sevinç duyabileceğini söyle ona.

Yaşlı ebeveyne doğru olanı yapmak

LEO Demin zayıflaştım, şimdiyse kendimi yeniden geri çekmeye başlıyorum. Babam yeniden bir çocuk gibi davranmaya başlarsa ne yaparım diye düşünüyordum. Çünkü o zaman durum yine değişir. Ama derken aklıma, annemin ağırlığını koymak zorunda olduğu geldi. Kocasını gerektiğinde en azından makul davranmaya ikna etmek zorunda.

HELLINGER Bu onun görevi, senin değil. Annen olmadığında babana gerektiği gibi bakabilirsin.

Zorluk şurada; çocuk ana babasını gördüğü an birden bire kendisini beş-yedi yaşlarında bir çocuk gibi hissediyor, ebeveyn de kaç yaşına gelmiş olursa olsun çocuklarını beş-yedi yaşlarındaymış gibi görüp öyle de davranıyor. Çoğu çocuk için yaşlı ana babalarına bakma fikri bu nedenle bu kadar ağır geliyor. Çünkü bunu bir zamanların o küçük çocuğu gibi düşünüyorlar.

Çözüm, çocukların ebeveynlere, “bana gereksindiğinizde doğru olanı yapıp size bakacağım” demeleri. Anahtar cümle bu. Ve başka bir düzleme, yetişkin düzlemine geçmeleri. Ebeveyn karşısında bu düzlemde kendilerinden bir şey beklenir. Bu düzlemde ebeveyni çocuk olarak sayıp yine de doğru olanı yapabilirler.

Yetişkin çocuk yalnızca ebeveyni için varolmaz. Bundan ötürü de çocuklar her zaman ana babalarının istediklerini yapamazlar. Ama doğru olan çoğu zaman yapılabilir.

Yerinde olana yeltenmek

ROLF Kendimi yoğunlaşmış hissediyorum, enerjim henüz bilemediğim bir yöne doğru fışkırıyor, akıyor. Sevincimi arıyor ve önümde pek çok şey uzandığını görüyorum.

HELLINGER Bundan sonraki adım yerinde olana yeltenmek.

ROLF İyi bir şeyler daha geleceğini biliyordum.

Geleceğe bakış

MARTHA Ben iyiyim. Kendimi yola koyulmuş hissediyorum ama burada başlayan süreç hedefine ulaşana dek beklemem gerek daha.

HELLINGER Burada bir başlangıç yapıldı, bir gelişimin yolu açıldı. Bunun ardından tohumun açması, trenin varacağı yere varması için en az bir ya da iki yıla gerek var.

THEA Senin, burada yaşananın kendisini bütünüyle ortaya koyması için bir iki yıla ihtiyaç olduğuna ilişkin söylediğini ben bir yıl önce seninle yaptığım çalışmanın ardından kendimde gördüm. Bu çalışma bende gerçekten de bir yıl boyunca kendisini hissettirdi.

DAGMAR Şu andan büyük bir şükran duyuyorum. Çok doygun hissediyorum kendimi. Bunca tohum gerçekten de zamana ihtiyaç duyuyor açmak için. Benim için meslek yaşamında büyük önem taşıyan bir şey, geride durmak ve verme-alma arasındaki dengeyi gözetmek. Bu çok güzel ve pek çok şey aldım bundan. Bir dileğim daha var. Kulağa belki biraz tuhaf gelecek ama büyük bir derinleşme özlemi duyuyorum ben. Bir şeye büyük bir hayranlık ve ilgiyle başlıyor, sonra ucunu bırakıyor ve başka bir şey yapıyorum.

HELLINGER Buna ilişkin bir şey söyleyeyim sana psikoterapi konusunda. Psikoterapide derinleşmenin oranı yüzde yirmidir. Yüzde yirminin dışına çıkan fazla derinleşmiştir ve başa bela açar.

KARL Buraya geliş amacım açısından ben özgürlük hissediyorum. Şu anda en çok düşündüğüm, geri çekilmenin gücü. Buradan bunu aldım.

ULLA Enerji doluyum, avuçlarım sıcacık. Leo’nun içsel tartışmasını ve bunun ardından annesinin önünde eğilebilmesini anlatması hoşuma gitti. Ben de benzeri bir durumu yaşadığımı ama onun gibi yapamayacağımı düşündüm.

HELLINGER İçsel olarak yapabilirsin. Etkisini de en iyi o zaman gösterir.

ULLA Öyle mi? Güler. Benim düşündüğüm, annemi yeterince onurlandırmadığım. Kendimi her zaman onun biraz üzerinde tuttum. Onu onurlandırmak istiyorum.

HELLINGER Nasıl yapılır bu? En iyisi bu konuda küçük bir öykü anlatayım.

Yaşamın akışı

Yaban arısı kiraz çiçeğine uçmuş. Bal özünü içmiş, doymuş ve uçup gitmiş.

Ama derken vicdan azabına kapılmış. Vermeden alan biri gibi hissetmiş kendini. “Ne yapacağım şimdi?” diye düşünmüş ama bir türlü bir karara varamamış. Böylece haftalar, aylar geçmiş.

Rahat, huzur bilmez olmuş. “Kiraz çiçeğine dönüp yürekten teşekkür etmeli!” demiş kendi kendine. Kanat açmış, ağacı bulmuş, dalı, kiraz çiçeğinin durduğu yeri. Ama çiçek artık orada değilmiş. Yerinde yalnızca kıpkırmızı, olgun bir meyve varmış.

Kederlenmiş yaban arısı. “Kiraz çiçeğine artık asla teşekkür edemeyeceğim. Fırsatı kaçırdım. Ama bu bana bir ders olsun!” demiş kendi kendine.

Ama daha bunlar aklından geçmekteyken tatlı bir koku ulaşmış burnuna, pembe bir çanak yaprak çağırmış onu. Ve yaban arısı, arzuyla yeni bir serüvene atılmış.

Yaşananı onurlandırmak

MARKUS Seninle ne zaman bir kursa katılsam rolleri zihnimde açıklığa kavuşturamıyorum. Bu en azından bir hafta boyunca sürüyor. Bana yardımcı olacak bir hikâyen yok mu?

HELLINGER Sana kendi yaşamımdan bir öykü anlatabilirim. Zamanında aile terapisi eğitimi almıştım. Doğru olan bu, yegâne gerçek yöntem bu, diye düşünmüştüm o zamanlar. Sonra o vakte dek yaptıklarıma baktım ve iyi bir çalışma olduğunu gördüm. Ve böylece de yapa geldiğimi sürdürmeye karar verdim. Bir yıl sonra bundan aile terapisi doğdu ama ortaya çıkan onun özel bir çeşidiydi.

Kursun sonu

AİDİYET DÜZENLERİ

Aile danışmanları için düzenlenen bir kurstan

Dinsel bir edim olarak çözüm

RITA Kendimi yıllardan beri kilitlenmiş hissediyorum. Kilitlenmenin dışına çıkmaya çalışıyorum ama bir yandan bunu başarırken diğer yandan bir şeyin gelip beni yeniden içine çektiğini görüyorum.

HELLINGER Bir kilitlenmeden kurtulmayı pek az insan başarır. Bunu son derece ciddi söylüyorum. Gerçi kilitlenmeye ilişkin içgörüler oluşur. Ama çekim o kadar güçlüdür ki çoğu kişi kilitlenmede tutsak kalır. Çünkü kilitlenmeden çözüme geçiş aynı zamanda varoluşsal bir edimdir: Başka, daha yüksek bir düzleme geçerim ve bu da yaşanmış olandan derinlemesine bir kopuş anlamına gelir. Bu edim insanı yalnız kılar.

Sözgelimi bir dağ köyünde yaşadığımda oradaki herkesle sıkı bağlar içindeyimdir. Daha yüksek bir dağa çıktığımda uzaklaşır, daha önce görmediğim pek çok şeyi görür, kendimi pek çok şeye bağlı hissederim ama bir daha hiç aşağıda, vadideki gibi sıkı ve güvenli bir şekilde değildir bu artık. Enginlik ve büyüklük bu nedenle insanı her zaman yalnız kılar. Bunun dışında darlıktan genişliğe bu geçişi içimizdeki çocuk aynı zamanda suç olarak da algılar; güvenli bağın, suçsuzluk ve kabul edilmenin geride bırakılışı olarak.

Bundan ötürü sorundan çözüme geçişi ancak öteden beri tanıdık olan yerine öngörülmez ve karanlıkta olan bir bilinmezliğe güvenerek başarabiliriz. Buysa, eğer böyle adlandırmak isterseniz aslında dinsel bir edimdir. Onun için de terapist olarak bunun yapılabilir ya da istenildiği gibi yönlendirilebilir olduğu yanılsamasına kapılmamak gerekir. Gerçi oraya giden yolda bazı şeyler kolaylaştırılabilir ama çok derinlere işleyen kilitlenmelerin olduğu yerde çözüm ve aydınlanma, her şeye karşın gerçekleştiğinde, hem danışan hem de terapist tarafından bir armağan, bir lütuf olarak deneyimlenir. Bu nedenle çözüm ve aydınlatma hem terapist hem de danışanından aynı tavır ve aynı edimi gerektirir.

RITA Benim zihnimi meşgul eden kız kardeşler konusu. Ağlamaya başlar.

HELLINGER Nedir bu konuda yaşadığın?

RITA Kız kardeşim öldürüldü. Erkek arkadaşı, kendisini terk ettiği için bıçakladı onu. Şimdi ben bütün yükü sırtımda taşıyorum.

HELLINGER Sen bütün yükü taşıdığında kardeşin daha iyi bir durumda mı oluyor?

RITA Hayır. Aklımla bunun böyle olmadığını biliyorum.

Dizim: Kadın çocuk sahibi olamıyor, bir çocuk evlat edinmiş

HELLINGER Verilen aranın ardından Rita'ya Şimdi senin köken aileni dizeceğim.

Gruba Enerjinin en yüksek düzeyde olduğu yerde çalışılır. Bu nedenle onunla başlıyorum.

HELLINGER Rita'ya Evli misin?

RITA Evet.

HELLINGER Çocuğun var mı?

RITA Evlat edindiğim bir çocuğum var.

HELLINGER Evlat mı edindiğin? Neden?

RITA Çocuk sahibi olamadığım ve bunu hem kocam hem de ben istediğimiz için.

HELLINGER Çocuk da istiyor muydu peki bunu?

RITA Sanıyorum evet.

HELLINGER Yanına aldığında kaç yaşındaydı?

RITA Ailemize geldiğinde beş günlüktü.

HELLINGER Neden size geldi?

RITA Annesi evlatlık verdiği için. Hastanedeydi, beni orada bekliyordu.

HELLINGER Ya çocuğun babası?

RITA Annesi adını vermedi, belgelerde filan da geçmiyor ismi.

HELLINGER Gruba Tuhaf! Erkekler bizim toplumumuzda geçer akçe değil. Bir de ataerkillikten dem vurulur!

Rita'ya Senin çocuk sahibi olamayacağın evlenmeden önce biliniyor muydu?

RITA Hayır.

HELLINGER Yani ancak evlendikten sonra ortaya çıktı, öyle mi?

RITA Evet.

HELLINGER Kocanın buna tepkisi ne oldu?

RITA Benim çocuk sahibi olamamam onun için sorun değildi. Bu konuda benimle ilişkisini hiçbir zaman sorgulamadı.

HELLINGER Gruba Eşlerden biri çocuk sahibi olamadığında diğerini tutmaya hakkı yoktur. Diğeri buna rağmen onunla kalmaya karar vermişse bunun özellikle onurlandırılması gerekir. Bu önemlidir. O zaman durum açık ve düzen içindedir.

RITA Ona bundan ötürü çok minnettarım.

HELLINGER Minnet iki ucu keskin bıçaktır.

RITA Evet, bunu kabul ediyorum.

HELLINGER Doğru sözcük onurlandırmaktır. O zaman yolundadır. Bu durum dolayısıyla sen kocandan daha az hak sahibisin. Bu böyle.

BAŞKA BİR KATILIMCI (KADIN) Senin diğer zamanlarda söylediğin gibi eğer çift ilişkisi ana babalığın önünde geliyorsa bunu anlayamadım. Burada söz konusu olan ortak bir sevgi ilişkisi.

HELLINGER Karşı çıkışın bir şey getiriyor mu?

KATILIMCI Evet, belki getiriyor.

HELLINGER Hayır, yalnızca bir şey alıp götürüyor.

Gruba Bu söylediğiyle Rita’ya yardımcı oldu mu? -Ciddiyeti aldı götürdü. Böyle itirazlarla yapılabilir bu. Son derece risklidir. Kimileri terapiyi itirazlar biçiminde yapar. Birisi onlara bir sorunla geldiğinde bütün yaptıkları, örneğin “yok canım, o kadar da kötü değil durum” diyerek karşı çıkmaktır.

KATILIMCI Ben Rita’nın soruları ya da söylediklerine karşı çıkmadım, yalnızca senin durumu yorumlayışınaydı itirazım.

HELLINGER Bir itiraz daha.

Kadın güler.

HELLINGER Rita’ya Önce güncel aileni dizelim. Sen ya da kocan daha önce bir evlilik ya da ciddi bir ilişki yaşadınız mı?

RITA Kocam evliydi.

HELLINGER Bu evlilikten çocukları var mı?

RITA Hayır.

HELLINGER Neden ayrıldı?

RITA Bildiğim kadarıyla anlaşamamışlar. Kocamın ifadesiyle –benim de bütün bildiğim bu- bir yükümlülük duygusuyla evlenmiş.

HELLINGER Öyle mi?

RITA O öyle söylüyor.

HELLINGER Evet, o öyle söylüyor.

Grupta gülüşmeler.

HELLINGER O zaman ilk karısına, kocana, sana, evlat edindiğiniz çocuğa ve onun öz ana babasına ihtiyacımız var. Sistem bunlardan oluşuyor. Evlat

edindiğiniz çocuk kaç yaşında?

RITA Beş.

HELLINGER Kız mı, oğlan mı?

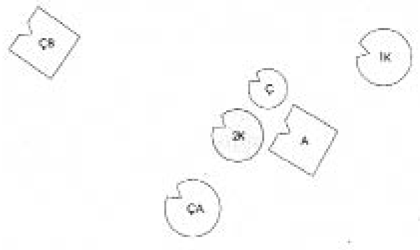
RITA Kız.

Rita aileyi dizmeye koyulur.

HELLINGER Gruba Dizim yapanların içsel olarak yoğunlaşarak mı yoksa önceden oluşturdukları bir resme göre mi dizim yaptıklarına dikkat edin. Kişinin bunu ciddi bir şekilde yapmasına dikkat etmek, yoksa dizimi kesmek gerekir. Burada hiçbir şey yarım bırakılamaz. Bu son derece ciddi bir iştir ve ancak ciddi bir şekilde yapılırsa yürür. Kişinin dizimi nasıl yaptığı anında görülebilir.

HELLINGER Rita'ya Şimdi yoğunlaşmış bir ciddiyetle yeniden diz.

1. Resim



A Adam

1K İlk karısı

2K İkinci karısı (=Rita)

Ç Çocuk, evlat edinilmiş, kız

ÇB Çocuğun babası

ÇA Çocuğun annesi

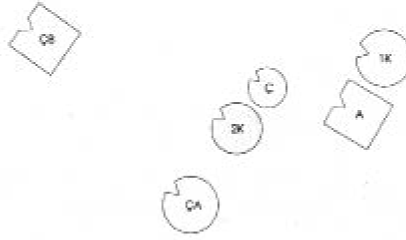
HELLINGER Gruba Dizilen kişilerin bakışlarının nereye yöneldiğini fark ediyor musunuz? Hepsi de dışlanan babaya bakıyor. Çözümün anahtarı orada.

Adam nasıl?

ADAM Oraya, ilk karıma doğru bir gerilim hissediyorum. Onun ön tarafta olması gerektiği duygusu var içimde.

HELLINGER Sen de onun yanına geçebilirsin. Yanına geç.

2. Resim



HELLINGER Adama Böyle nasıl?

ADAM Daha iyi. Öteki türlü bana fazla yakındı.

HELLINGER İlk eş nasıl?

İLK EŞ Ben daha iyiyim. Daha önce bu aileye çok büyük bir öfke duyuyordum.

HELLINGER Rita'nın temsilcisine İkinci eş nasıl?

İKİNCİ EŞ Orada duran kişi beni büyülüyor. Çocuğun babasını kastediyor. Sırtımda algılayamadığım bir şey var. Kocamın arkamda durması tuhaf bir şekilde nahoş gelmiyor.

HELLINGER Evlat edinilen çocuk nasıl?

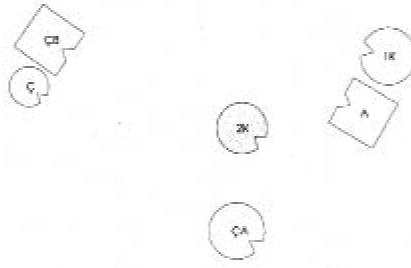
ÇOCUK Biraz karışık. Enerjisiz.

HELLINGER Çocuğun annesi nasıl?

ANNE İçimden uzaklaşmak, gitmek geliyor ama yapamıyorum. Kendimi bağlı hissediyorum.

Hellinger resmi değiştirir.

3. Resim



HELLINGER Bu, çözüm.

Çocuğun babası nasıl?

BABA Başta benim buraya ait olmadığım duygusu vardı. Diğer adam geriye doğru gittiğinde çocuğu evlat eden kadınla bir bağlantı oluştu. Çocuk buraya geldiğinde onun benim çocuğum olduğunun bilincine ilk kez varabildim.

HELLINGER Çocuğun annesi nasıl?

ANNE Ben çok daha iyiyim. Biraz daha uzaklaşmak isterdim.

HELLINGER İstediğin gibi hareket et.

Biraz daha öne çıkarak diğerlerinden uzaklaşır.

HELLINGER Gruba Bu kadın haklarını elinden kaçırdı. Çocuğunu evlatlık veren kadın annelik haklarını kaybetti. Çocuk üzerinde hak sahibi olan babası ve babanın ailesi. Çocuk yalnızca babasına değil, babasının ailesine de ait; babanın ebeveynine, kardeşlerine. Çocuğun ait olduğu yer orası. Yalnızca babası değil. Bu da göz önünde bulundurulmak zorunda. Sadece baba değil, babanın ebeveyni ve kardeşleri de aranmalı. Çocuk onların

yanında. Çünkü yalnızca babasına değil, bir sisteme de ait. Ama bu sistem, (anneye işaret ederek) annenin sistemi bütün haklarını kaybetti.

Siz de görüyorsunuz, Rita’nın kocası özgür değil. Bu çok açık. Özgür değil. İlk eşinden ayrılmamış.

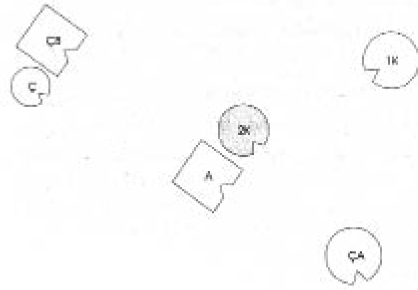
İLK EŞ İkinci eş arkasını döndüğünde artık buraya ait olmadığım duygusuna kapıldım. Burası benim için doğru olan yer değil.

HELLINGER Adama Sen orada nasılsın?

ADAM Üçü arasında benim için en iyi yer burası. Ben çok iyiyim. İlk yerimde ikinci karımla en az temas halindeydim. Burada, ilk eşimin yanında hissedilir ölçüde daha iyiydim. Şimdi, ikinci karım yüzünü döndüğünde ise onunla doğrudan temas içinde olabiliyorum. Böyle iyiyim. Her şeyden önce de çocukla kendimi iyi hissediyorum. Onun babasının yanında durması beni müthiş rahatlattı.

HELLINGER Onun yeri orası. Bu açık. Şimdi ikinci eşinin yanına geç.

4. Resim



HELLINGER Rita’nın temsilcisine Nasılsın?

İKİNCİ EŞ Kocam oraya geçeli çok daha iyiyim. Çok yalnızdım. Yalnızca oradaki ilk eş beni tedirgin ediyor.

HELLINGER İlk eşe Adam ilk eşinin yanına geçtiğinde sen geri çekildin. Şimdi senin için doğru olan yeri sınayarak bul.

İLK EŞ Daha da uzaklaşmak isterdim.

HELLINGER Gruba İkinci bir ilişki olduğunda, erkeğin buradaki gibi ikinci bir eşi olduğunda ikinci eşin, erkek ve onun ilk eşi arasına geçmesi gerekir. Bu cesaret ister. Ancak bu durumda ilk eş ilişkiyi bırakır. Ama eğer erkek iki kadının arasında durursa bu onu ilk eşe doğru çeker.

Çocuk nasıl şimdi?

ÇOCUK İyi. Bu kadar uzak olmanın beni hiç de rahatsız etmemesine hayret ediyorum. Daha öncekine kıyasla burada daha iyiyim.

HELLINGER Rita'ya Gördün mü, evlat edinme iyi bir iş olmamış.

RITA Bu ne anlama geliyor?

HELLINGER Bunun ne anlama geldiğini gördük. Durumu düzene sokmak için burada gördüğünü yapmak zorundasın. Eğer istersen dizimdeki yerini alabilirsin.

RITA Dizimde kendi yerini aldıktan sonra Burada kendimi iyi hissetmiyorum.

HELLINGER Hissetmiyor musun?

RITA Çünkü çocukla aramda hiçbir ilişki yok.

HELLINGER Seni bu durumdan kurtarmanın yolu yok.

Uzun bir ara

HELLINGER Öyle.

RITA Nasıl?

HELLINGER Evet, öyle! Seni bu durumdan kurtarmanın yolu yok, dedim. Tamam, bu kadar.

Bedel

HELLINGER Gruba Buradaki gibi bir şey yaşandığında, evlat edinme düşüncesizce gerçekleştirildiği ve babaya bir hak ya da sorumluluk vermek bir yana, aranıp bulunmasına bile zahmet edilmediğinde bunun bedeli ağır bir biçimde ödenir. Rita’nın sistemi dizişinde anında gördünüz: Çocuk için kocasını kurban ediyor. Kocası dışarıya itilmiş. Rita’nın ödediği bedel bu. Adamın bu ailede hiçbir şansı yok. Gidecek. Bunu ya bir eş ya da kendi çocuklarından biriyle ödeyecek. Bu da olabilir. Sözgelimi şöyle bir sapkın durumla karşılaşılabilir; çift düşüncesizce bir evlat edinmeye girişir, ardından kadın hamile kaldığında çocuğunu aldırır. Evlat edinmenin kefaretidir bu. Ya da bedel olarak kendi çocuklarından biri ölür veya kendini öldürür.

Yetki sıralaması

HELLINGER Evlat edinme ancak çocuk buna başka kimsesi olmadığından gereksindiğinde uygundur. Ama ortada bir çocuk olduğunda çocuğun yalnızca annesi ve babası yoktur. Burada çocuğun sadece bir annesi varmış gibi yapılmış. Çocuğun aynı zamanda büyük ana babası, amcaları, dayıları, halaları, teyzeleri de vardır ve önce onlar gelir. Ancak gerçekten başka kimse olmadığında başkaları araya girebilir. O durumda da evlat edinme doğru ve büyüktür, ama başka türlü değil. Ama çocuğun başka kimsesi olmaması halinde bile hareketin bakıcılıkta kalması daha iyidir.

Genelde evlat edinme fazlasıyla ötelere gider. Çocuk için gerekli de değildir. Bakıcılıkla karşılaştırıldığında evlat edinme çocuğa ne getirir? Bakıcılıkta her şey çok daha mütevazıdır, karşılaşılan zorluklar da çok daha sade bir biçimde çözümlenebilir.

İtirazlar

HELLINGER Bu çocuk büyüdüğünde manevi ana babasından ebeveyni ve kendi ailesini elinden aldıkları için haklı olarak intikam alacak.

KATILIMCI KADIN Bu kehanetleri duymak istemiyorum ben. Bunlar senin ortaya attığın kehanetler ve son derece de tehlikeliler.

HELLINGER Sana bir öykü anlatayım.

İki kişi bir odaya girmiş. Duvarda eğri duran bir resim varmış. Birisi "Resim eğri duruyor" demiş. Diğeri de "Resim sen öyle söylediğin için eğri duruyor" diye karşılık vermiş. "Eğer resim bu nedenle eğri duruyorsa" demiş ilki "o zaman sen de bunu düzeltebilirsin."

Biraz kafa karıştırıcı bir öykü oldu ama zararı yok.

KATILIMCI KADIN Anne bu çocuk üzerindeki hakkını kaybetmiş. Bunu anladım. Peki neden bu çocuğun arkasında durmayan, anneyi yalnız bırakan, ismini bile vermeyen baba da hakkını kaybetmiyor? Bence bu sistemde baba da hakkını kaybetmiş. Çocuk bu nedenle yapayalnız kalmış. Ondan sonra da Rita gelmiş ve çocuğu almış.

HELLINGER Gruba Katılımcı, bizim almadığımız bilgileri veriyor. Biz Rita'dan daha başka bilgiler aldık. Bu nedenle de bütünüyle varsayımsal olan bu konuya girmiyorum. Rita, annenin ismi açıklamadığını söyledi. Bu tamamıyla farklı bir şey. Elbette ben bunu bilmiyormuş gibi davranabilirim. Onu yanılgıya sürükleyebilirim. Bunu da yapabilirim. Birisi bunu isteyecek olursa yaparım. Birisini yanılgıya sürüklemeyi gerçekten istediğimde itirazlarına boyun eğerim.

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Düzen alt üst olmuş olabilir. Ama bu hep böyle kalmak zorunda olması demek değil. Düzeni yeniden sağlama olanakları nelerdir?

HELLINGER Bunu gösterdim. Bu bir olanak olabilir.

KATILIMCI KADIN Başka yolları da olmalı.

HELLINGER Hayır. Düzen manipüle edilemez.

DİĞER KATILIMCI KADIN Yanılgıya sürüklemeye ilişkin söylediğini anlamadım. Eğer boyun eğersem?…

HELLINGER Eğer ortaya böyle bir itiraz süren birine boyun eğecek olursam onu yanılgıya sürüklemiş olurum. Masaldaki cesur terzinin yoldan çıkan tek boynuzluyu tuzağa düşürmesi gibi.

KATILIMCI ERKEK Sence çocuk günü geldiğinde babasını aramaya çıkar mı?

HELLINGER Eğer manevi ana baba buna karşı ise bunun günü gelmez.

KATILIMCI ERKEK Çocuk on beş yirmi yaşına geldiğinde?

HELLINGER Hayır. O zaman çocuğun sırtına yalnızca yetişkinlerin yapabileceği bir iş yüklenmiş olur.

KATILIMCI ERKEK Yani sence babayı aramak manevi ana babanın görevi, öyle mi?

HELLINGER Evet, yalnızca babayı aramak değil, çocuğu ona ve ailesine götürmek de.

KATILIMCI KADIN Ya onlar çocuğu istemezse?

HELLINGER Buna bakılır. Gerekirse başka türlü hareket edilir.

DİĞER KATILIMCI KADIN Benim düzeni sağlamanın başka bir yolu daha olmalı derken söylemek istediğim de buydu.

HELLINGER Gruba Şimdi burada söylenen, beni daha önce suçladığı varsayım. Bu gerçekten de bir varsayım. Söyleyen bilmiyor, yine de “ne olurdu, eğer..” diyor. Ama ben babanın dışlandığını biliyorum. Babanın istenmediğini gördüm.

Çocuğun ana baba hakkı

KATILIMCI KADIN O halde elimizdeki verilere göre annenin hangi nedenden ötürü babanın ismini açıklamadığının bir önemi yok.

HELLINGER Hiçbir önemi yok. Bunu haklı kılacak hiçbir neden yok. Eğer temel haklar diye bir şey varsa o da çocuğun ana baba ve aile hakkıdır. Almanya'da bu yasal olarak düzenlenmiştir: Çocuk, babasının kim olduğunu bilme hakkına sahiptir. Anne çocuğa babasının adını açıklamak zorundadır. Çocuğun buna hakkı vardır.

Birinin kendi ana babasını çocuktan saklayarak yerlerine kendisini geçirme iznini kendine vermesi nasıl bir yasal düzendir? Ya da zor durumdaki anneye "iyi niyetli" bir öğütle çocuğu evlatlık vermesini söylemesi veya çocuksuz bir çiftin sevinç içinde evlatlık verilecek bir çocuk beklemesi. Ama çoğu insan bunu normal bulur.

Çocuğun her iki ebeveyn gibi kendi topluluğuna, ailesine de hakkı vardır.

Suçlular yerine kurbanlara bakmak

KATILIMCI KADIN Benim bakış açımdan Rita'nın dizimi ortaya her ne çıkacaksa bunun ilk adımıydı. Verilen bilgi, annenin babanın adını söylemek istememiş olması yolundaydı. Ben bunun ardında bir şey olduğunu düşünüyorum. Ondan beri de bir gelişim, bir dinamik var ortada ve babasına gidecek olursa bunun çocuk üzerinde nasıl bir etki bırakacağını kim bilebilir.

HELLINGER Seni uyarmak istiyorum. Tehlike, böylesi düşüncelerle yetişkinleri koruyarak yükü orada ve gerçek sorumlulara bırakmak yerine, en zayıf olan çocuğun sırtına yüklemekte yatıyor.

Anne için özürler arayacak olursam onu durumun bütün ciddiyetiyle yüzleştiremem. Davranışının özrü, yükünden kurtuluşu varmış gibi davranırsam belki onunla uzun bir konuşma yaparım ama bu hiçbir sonuç vermez. Anne ancak sorumluluğuyla bütünüyle yüzleştiğinde yapılması gerekeni görür ve belki bu gördüğüyle de bir şey yapar. Sen ise durumun ciddiyetini kendi içinde taşımak zorundasın. O zaman çoğu resmi görevli ya da terapistin yaptığı gibi sorumluluğun yükünü çocuğa değil güçlü olanlara bırakabilirsin.

Rita'nın diziminin sonuçlarına ilişkin sorduğun soruya da değinmek istiyorum. Dizime itirazda bulunamazsın. Dizim gerçeği gösterdi. Dizimi ben yapmadım. Rita yaptı. Ben yalnızca çözümü aradım. Kalkıp da başka türlüsü de olabilir, başka bir şeyler yapmak gerek dediğinde olaydan ağırlığını almış ve Rita'dan daha iyisini bildiğin iddiasında bulunmuş olursun.

Ancak ortaya çıktığı şekliyle gerçeği kabul ettiğinde çalışmaya devam edebilir. O zaman da bir sonraki adım ondan gelecektir. Ama eğer daha sonra ortaya başka bir şey çıkacağını söylersen ciddiyet ve gücü onun elinden almış olursun. Bundan ötürü ben dizim yaparken her zaman en uç sınıra giderim.

Rita’nın ciddiyeti görebilmesi için kilitlenmesindeki kötülüğü açıkça gözleri önüne getirdim. Ancak bunun ardından daha sonra başka bir şey daha yapılabilir. Asıl etkiyi gösteren durumun ağırlığı ve ciddiliğidir. Bunlar yumuşatılacak olursa kişinin gücü elinden alınmış olur. Benim bakışım sürekli çocuk ve baba üzerindeydi. Ben onlarla ittifak içindeydim. Çünkü yükü taşıyan onlar. Onlar kurban. O ikisini göz önünde bulundurduğumda çözümü bulurum. Ama gözümü onlardan anneye ve anneyle birlikte babaya karşı birlik oluşturan çifte çevirirsem çözümden uzaklaşırım. O zaman da kurbanlara yardım etmek yerine sorunu ve suçluları haklı çıkarmış olurum.

Bir sonraki adım

RITA Çocuk bize geldiğinde bir şeyler yapmak istedim. Ağlar. Kiliseye gittim, bir demet çiçek bıraktım ve çocuğun annesi için dua ettim. İkimizin arasında bir şeyin durduğunu aklıma bile getirmedim. Babayı hiç düşünmedim. Ama bir şey yapmam gerektiğini o zamandan biliyordum.

HELLINGER Psikoterapideki en büyük sorunlardan biri de çoğu kadının erkeklerin ve babaların hiçbir hakkı yokmuş gibi davranmasıdır. Çocukları ilgilendiren ne varsa yalnızca kadınların konusuymuş gibi kaale bile alınmazlar. Dikkat çekici olan, çoğu erkek terapistin de erkeklere sevecen bir şekilde yaklaşmamasıdır. Erkekleri topa tutan kadınların söylediklerine güvenir ve kadınlardan yana çıkarlar. Ama o zaman da ortada hiçbir çözüm kalmaz. Bir terapist ancak dışlanmış olana yüreğinde bir yer verdiğinde gücü vardır. Benim çözüm için gücüm var, çünkü çocuğun babasının yüreğimde bir yeri var. Bu yeri anında aldı. Bu nedenle de biliyorum ve çözümü buluyorum.

Rita'ya Durum hâlâ düzeltilebilir. Anlaştık mı?

Rita başıyla onaylar.

HELLINGER Yüzünü aydınlatan bir şey var artık.

RITA Daha hafifim.

KATILIMCI KADIN Bir yandan söylediklerinden çok etkilendim. Yüreğime dokunan, beni heyecanlandıran inanılmaz bir bilgelik var içlerinde. Neyin doğru, neyin yanlış olduğunu bilen birisinin sonunda çıkıp da bize yolu göstermesine kuşkusuz çoğumuzun duyduğu bir özlemin giderildiğini hissediyorum. Aynı zamanda korkunç da bir rahatsızlık yükseliyor içimde, çünkü bunu tehlikeli olarak algılıyorum. Arada sürekli genellemeler var ve bunların gerçeklerle iç içe olmasını yıkıcı buluyorum. Mesela daha önce söylediğin, her şeyin karışık, her şeyin kötü olduğuna ilişkin kehanetin. Şimdi bunu bir ölçüde geri aldın ve Rita'ya bir çözüm bulma olanağı sundun.

HELLINGER Bu benim bir sonraki adımımdı.

KATILIMCI KADIN Evet, ben sadece kafamın karıştığını dile getirmek istedim.

HELLINGER İlk adım olmaksızın ikincisi atılamaz. Ama sana karmaşa ve rahatsızlık karşısında nasıl davranılacağını söyleyeyim. Bu kadar etkilendiğinde ve bir direnç hissettiğinde düşüncelerinde kalmak yerine olana bak. Olana, söylediklerimin ne ölçüde isabetli, ne ölçüde isabetsiz olduğuna bak. Olanı başka türlü algılar ve bunu bana söylersen bu benim için bir düzeltme olur. O zaman bilirim ki burada benim görmemiş olduğum bir yön var. Ve bir diyaloga gireriz. Birisinin ciddi bir şekilde algıladığından hareketle bana söylediklerinin içime nasıl nüfuz ettiğini gördün. Rita da algısından hareketle önemli bir şey ekledi buna. Ama yalnızca düşüncelerinden kaynaklanan itirazlar öne sürersen diyaloga giremeyiz. Rita'ya sürekli bakmış olsaydın neyin harekete geçirildiğini, neyin etkili olduğunu, neyin bir değişim yarattığını görürdün.

Birisinin geçerli bir itirazı olduğunda gözlerini söz konusu kişiye çevirmesi önemlidir. Bu kişinin karşısında kendisine, dile getirdiğinde, karşı çıkışının nasıl bir etki uyandırdığını sorabilir o zaman. İtirazı karşısındakini güçlendirecek mi, güçsüzleştirecek midir, besleyecek midir onu yoksa zehirleyecek mi? Elinde
anında bir düzeltme aracı olur bu şekilde ve karşı çıkışının yardımcı mı engel mi olduğunu bilir. Tamam mı?

KATILIMCI KADIN Evet.

Çözümle gelen çözüm

KATILIMCI İçimde bir şey harekete geçti. Dizim sırasında çocuğun annesini izledim. Özellikle de daha da uzaklaşmak ve ayrılmak fikri söz konusu olduğunda sürekli kendi kendine gülümsüyordu.

Kafamı çok kurcalayan, sözünü ettiğin topluluğa, aileye bağ ve çocuğun yasak sınırların ötesinde oraya ait oluşu. Ben şimdiye dek ebeveynin bir çocuk evlat edinmesine çok büyük bir hizmet olarak bakmıştım. Bunu insani bir hareket olarak görürdüm. Ve ancak ebeveynimin ayrılmasından beri çok uzaklarda olan babamı aramaya koyulduğumda annem onun hakkında ne kadar kötü konuşmuş olursa olsun onu arayıp bulmanın benim için ne kadar önemli olduğunu anladım. Böyle bir şeyin çocuk için bir rahatlama anlamına gelebileceğini düşünebiliyorum. Ama bütün bunlar beni pek de ileriye götürmüyor, çünkü bunun nihai bir çözüm olmadığını düşünüyorum.

HELLINGER Bunu anlayamadım.

KATILIMCI Senin çözümden tam olarak ne anladığını bilmiyorum. Buradaki bir son anlamında bir çözüm olamaz.

HELLINGER Bu bir son anlamında bir çözüm, evet.

KATILIMCI Nasıl?

HELLINGER Çözüm burada nihai.

KATILIMCI Öyle mi?

HELLINGER Çözüm çift anlamlı bir sözcük. Çözüm yoluyla çözüm.

KATILIMCI Çözülüş anlamında mı?

HELLINGER Çözüm yoluyla çözüm dedim.

Gruba Yine önemsizleştirdi.

Uzun bir sessizlik

HELLINGER Burada söylediğim tam da kastettiğim anlamı taşıyor. Bir oyun, paradoks içeren bir müdahale filan değil.

Korkunç olan

RAIMUND Şimdi daha sakinim. Daha önce kötüydüm. Sanki pek çok şey bir araya gelip karnıma yapışmış gibiydi. “Seni kurtarmanın yolu yok” ifadesiyle kapıldığım korku ise hâlâ orada. Bu bana tartışmaya fazlasıyla kapalı geldi. Sanki “Seni kendi haline bırakıyor, seninle bir işim olsun istemiyorum” demek gibi. Bu, paylaşımın sonralarında dağıldı.

HELLINGER Korku kişiyi ancak bakışlarını kaçırdığında alt edebilir. Bakışlarını Rita ve benim üzerimde tutsan başka türlü algılardın. Ama kimileri böyle bir ifade işittiklerinde hemen gözlerini kapar ve kafalarında kendi resimlerini oluşturmaya başlarlar. Bu resimler de korkunçtur.

RAIMUND Korkunç bir resim daha oluşturdum. Düşündüm ki…

HELLINGER Bakışlarını nasıl kaçırdığını fark ettin mi?

RAIMUND Evet, bu doğru.

HELLINGER Bakışların benim üzerimdeyken söylemek istediğini söylemeyi dene bir. Çok zordur. Görüyor musun? İnsan “büyük” fikirlere ancak kapalı gözlerle sahip olabilir.

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Gruba Bakışlarını yine kısa bir an boyunca kaçırdı.

Raimund’a Senin temas halinde olup olmadığın anında görülebilir. Bu temas halinde kalma ve kendini dolaysız algılamayla sınırlama çok zordur. Özgürlükten muazzam bir vazgeçiştir -korkutucu olana yönelik olan özgürlükten.

RAIMUND Sen çok güçlüsün.

HELLINGER Evet, öyleyim. Neden, biliyor musun? Benim için dünya olduğu gibi doğru, korkutucu olan da öyle. Ona olduğu haliyle rıza gösterebilirim. Rıza gösterdiğim için de böyle bir şeyi söyleyebilirim.

Büyük olan her şey gücünü korkutucu olandan alır, ondan bakışını kaçıransa kendini bir ütopyanın ortasında bulur.

RAIMUND Bakışımı kaçırdığımda sanıyorum içsel olarak bir şey daha söyleme güdüsünü çekip çıkarıyorum.

HELLINGER Bu şekilde güçsüzleşirsin, çünkü o zaman karşındaki için bir muhatap olmaktan çıkarsın. Ancak bir muhatap olarak güçlüsündür. Şimdi nasılsın?

RAIMUND Enerjim daha fazla şimdi.

HELLINGER Sana bir sır daha vereyim. Terapist bir savaşçıdır. Savaşçının cesaretine gereksinir. Savaşçı en uç noktaya dek gider, çünkü sonuç ancak en uç noktada gelir. Şansın orada yarı yarıya görünür ama en uç noktaya kadar gitme cesaretini gösteren için uygulamada doksan dokuza birdir. Çünkü ciddiye alınan gerçek insana dostça davranır. Ciddiye alındığında bunu ödüllendirir. Ciddiye alınmadığında, önemsizleştirildiğinde de intikamını alır.

Gerçekliğe kişinin kendi eyleminin sonuçları dahildir. Bu nedenle de terapist öğüt arayanlara bunlar onlardan yapabileceklerinin en fazlasını talep etse de bu sonuçların sınavından geçmelerinde yardım eder. Çünkü bunu iyilik izleyecektir. Terapist, kendisine gelenler eylemlerinin sonuçlarından rahatça kurtulabilirlermiş gibi davranmaz, zira aksi takdirde özellikle de bütünüyle suçsuz olanlar üzerinde kötü etkileri olacaktır bunların.

Acıma ve unutma

KATILIMCI KADIN Bu benim zihnimi çok kurcaladı. Çünkü bir yandan bunun çocukların verilmesinde ne kadar düşüncesizce ele alındığını açıkça gördüm. Bu birincisiydi. İkincisi de Rita'nın tepkilerini görmüş olmam. Ve çözümün çocuktan ayrılış olduğunu sanmıyorum.

HELLINGER Sana acıma üzerine bir hikâye anlatayım.

Eyüp adında birisi gırtlağına dek pisliğe batmış yaşıyormuş, her şeyini kaybetmiş, bedeni de uyuz yaralarıyla doluymuş. Dostları durumunu öğrendiğinde onu avutmak için yanına gelmişler. Ne yapmışlar, biliyor musun? Belirli bir uzaklıkta oturup sekiz gün boyunca tek bir söz bile söylememişler. Güç dolu dostlarmış bunlar.

Terapistler ise belki de onun yanına gider ve durum o kadar da kötü değil, düzelecek filan derlerdi. Böyle bir tavır acının büyüklüğüne uygun olmayacaktır. Konuşarak ortadan kaldırma çabası acının büyüklüğüne uygun değildir. Burada bilinmesi önemli olan bir şey daha var. Herkesin elinde sorunu ve çözümüne yetecek güç vardır. Yalnızca o kişinin, başka da kimsenin. Senin her tasan bu gücü zayıflatır.

Bunun karşısında nasıl davranılacağına ilişkin bir örnek vereyim sana. Ben Rita'yı unuttum -büyük ölçüde. Onu düşünmeye ancak onunla yeniden çalıştığımda başlayacağım. Bunun dışında onu düşünmüyorum.

Gruplardan birinde bir kadın vardı. İkinci gün kendini dışarı attı. Büyük bir intihar riski taşıyordu. Çoğu kişi onun gidip kendini öldüreceğinden korktu. Ben onu unuttum. Bir daha da aklıma getirmedim. Öylece unutmuştum. Kursun son gününde bazıları onu bir örtü alıp ormana giderken gördüklerini söyledi. Çoğu yine onun kendini öldüreceği fantezisine kaptırmıştı kendini. Bense onu unutmuştum. Grupta eksikliğini hissetmiyordum. Kursun bitimine on dakika kala kapıdan içeri girdi ve halledilmesi gereken ne varsa on dakika içinde halletti. Buna gücü vardı, çünkü onu unutmuştum.

Onun için duyacağım her tasa gücünü elinden alırdı. Yine de onunla uyum içindeydim. Onu unutuşum ona karşı saygının en büyüğüydü. Çünkü unutarak onu ruhuna emanet etmiştim. Bundan daha iyisi yoktur. Ama bu da büyük güç ister. Başkaları için tasalanmak daha kolaydır. Kimi zaman insanın göğsünü kabartır bu -safi havayla.

İşitmek ve görmek

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Dehşet ve şaşkınlık içinde gidip geliyor, bunları kendim için anlamlı bir çerçeveye oturtamıyordum. Şimdiyse benim için biraz daha açıklık kazandı: Hissettiğim dehşet işittiğim sözcükler, şaşkınlık ise gördüklerimle ilgili ve işittiklerimden çok gördüklerime güvendiğimi fark ediyorum.

HELLINGER Bunu harekete geçiren sözcükler. Doğru sözcükler.

Eşit suçlar eşit etkiler doğurur

KATILIMCI KADIN Bir kadının çocuklarını verdiğinde onlar üzerindeki hakkını kaybettiğini söyledin. Bu benim için tamam. Ama aynı şeyi bir erkek yaptığında ne oluyor? Arada bir fark var mı?

HELLINGER Tamamen aynı. Arada hiçbir fark yok.

Çözüm itirazdan vazgeçmeyi gerektirir

KATILIMCI Benim kafamda hâlâ Rita için çıkışın açık olduğu ve dizimin sadece sonraki adımı gösterdiğine ilişkin bir resim var. Babası da tıpkı annesi gibi çocuğu vermiş olabilir.

HELLINGER Sana bu konuda bir şey söyleyeyim. Ona durumunun kurtarılacak gibi olmadığını söylerken bu benim için apaçık böyleydi. Buna hiç itiraz etmedim. Olduğu gibi bu duruma açıldım. Şimdi bambaşka bir hal aldıysa bu, benim onu son derece ciddiye almış olmam nedeniyle. Varsayımsal sorular ve karşı çıkıştan vazgeçtim ve daha da başka türlü gelişmiş olsaydı benim o da kabulüm olurdu. Fark bu. Bu tür düşünmeyi bir yana bırakmak asıl ruhsal disiplindir. Adımı karanlığa atmayı gerektirir.

KATILIMCI Bu resim yine de oluştu bende ve sana söylemek istedim.

HELLINGER Sana göründüğü için doğru olması gerekmez. Kimileri zihinlerinde bir resim oluştuğunda ya da bir şey hissettiklerinde, bunun doğru olduğunu sanırlar. Ama durum böyle değildir. Ama resimler vardır, karanlığa yoğunlaşmış, niyetten, karşı çıkıştan, korkudan yoksun bir bakıştan gelirler. O zaman birden bir çözüm resmi görünür. Bu benim oluşturduğum ya da öylece bana gelen resimlerden başka bir nitelik taşır. Böyle bir resim belirdiğinde ve paylaşıldığında yerine oturur.

İçgörü ve edim

RITA Benim için söz konusu olduğunu çoktandır bildiğim pek çok şey kazandım. İzninizle bunları anlatmak isterim. Şimdi bir bireysel terapi görüyorum…

HELLINGER Sözünü kesmek istiyorum.

Gruba Öncekine kıyasla ne kadar daha fazla gücü olduğunu görüyor musunuz? Ne kadar yoğunlaşmış olduğunu? Ağlaması filan geçti gitti. Müdahalenin etkisi burada görülür. Etkisinde görülür müdahalenin iyiliği.

Rita güler.

HELLINGER Rita'ya Görüyor musun? Doğru, bu iyi güç işte.

Tamam, devam et!

RITA Evet, terapimden biliyorum ki önümdeki konu ayrılış teması. Bana söylediğinin daha çok simgesel olduğunu görüyorum. Çocuğa arkamı, kocama yüzümü döndüğüm an çocuğa benden özgürleşme olanağı vereceğim. Aramızdaki, sırtımda büyük bir yük olan çatışmanın bu olduğunu sanıyorum. Çözümü ben "eş-gerçek" kavramıyla ifade ediyorum.

HELLINGER Kavramı bir yana bırak. İfade ettiğin son derece açıktı.

RITA Sanıyorum çözüm, çocuğa özgür olma iznini vermede. Eğer başarabilirsem…

HELLINGER Hayır, hayır, çocuk özgür değil. Çocuk ana babasına ait ve ait olduğu yere de götürülecek. Ona bu noktada yardım etmek ve onu babasıyla ailesine götürmek zorundasın. Orada büyüyebilir. Bu adımları attığın an çocuk sana şükranla yönelecek. Bu işin diğer yanı. Çünkü o zaman saygı görmüş olacak.

RITA Bu değişikliğe ilişkin güçlükler yaşıyorum hâlâ. Kendime bunun nasıl yürüyeceğini soruyorum.

HELLINGER Şimdi bir resmin var ve bu resim senin için etkisini gösteriyor. Hemen harekete geçmemelisin. İçindeki resim sana güç akıtana dek beklemek zorundasın. Doğru zamanı geldiğinde birden hızla ve kolayca olur bu. İçgörü henüz edim değildir. İçgörü ve edim çoğu zaman birbirinden ayrıdır. Kişi içgörünün hemen ardından harekete geçtiğinde çoğu zaman içgörünün kendisinden istediğinin tam tersini yapar. İçgörünün, doğru bile olsa, ardından hemen harekete geçilemez ve geçilmemelidir. Bu burada da böyle. Resimde kal, güç gün yüzüne çıkana dek onu içinde taşı. Tamam mı?

RITA Bana sorun çıkaran şu; bunun düşüncesizce alınmış bir karar ya da düşüncesizce girişilmiş bir evlat edinme olduğunu söyleyen sözlerini izleyemiyorum. Bağışla ama yıllarca içimde bu sorularla dolaştım, cevaplarını aradım durdum, hiç hafife almadım bu işi, hem de hiç.

HELLINGER Sözlerimi objektif bir tanım olarak al. Sübjektif olarak çok ciddiydin ama duruma dışarıdan bakıldığında düşüncesizce olduğu görülüyor. Bilgi düzeyin açısından başka hiçbir olanağın olmadığı çok açık elbette. Bu nedenle de üzüntü duymana gerek yok. Pişmanlığın yararı yok. Yanlış da olsa, hatta yanlış olduğu için bundan daha önce olmayan bir güç doğuyor. Yolu saptırmak bir yol sapması değildi. Bu, daha sonra senin yararına olacak zengin bir deneyim edindiğin bir yoldu. Dolayısıyla boşuna değildi, çocuk için de boşuna değildi. Bunu böylece alabilir misin?

RITA Evet. Yalnız anlamını henüz bulamıyorum ama olacak.

HELLINGER Carlos Castaneda’nın şaman Don Juan üzerine yazdığı kitaplarında bilginin düşmanları üzerine harika bir bölüm vardır. Bilginin ilk düşmanı korkudur. Korkuyu yenen berraklık kazanır. Bir sonraki düşmanı berraklıktır artık. Açıklığı da yenen güç kazanır. Şimdi de güçtür düşmanı. Gücü de yenen neredeyse hedefe ulaşmıştır ama onu orada bekleyen düşmanların en zorlusudur; sükûnet gereksinimi. Bu düşman hiçbir zaman bütünüyle yenilemez. Ama işin sonunda bilgiye kısacık bir bakış vardır ki bu bakış her şeye değer. Anlaştık mı?

RITA Evet.

Miras bırakılmış çocuklar

ALBERT Üç çocuğum var. Yirmi yıldır partnerimle birlikte yaşıyorum. Şu anda ölen bir karı kocanın vasiyetleri doğrultusunda dört çocukları da resmen bana bırakılmış durumda. Sorum, bu durumu nasıl çözümleyeceğim.

HELLINGER Çocukları alamazsın. Bu olmaz. Onlardan kendi akrabaları sorumlu. Ancak ailelerinden başka hiç kimse olmadığında araya girebilirsin, bunun dışında olmaz. Çocuklar miras alınamaz. Böyle şey nerede görülmüş! Hiç değilse para aldın mı onlardan?

ALBERT Hayır, hayır.

HELLINGER Yalnızca çocukları mı? Seni aptal yerine koyuyorlar.

ALBERT Olabilir.

HELLINGER Onları alamazsın. Bunu kendi onuruna borçlusun.

ALBERT Bu konuya ilişkin, kafamı kurcalayan birkaç soru daha var. Akrabalar bu vasiyetnamenin varlığını öğrenmeden çocukları aralarında paylaştırmışlardı, daha o zamandan aklıma takılan şeyler oldu.

HELLINGER Bırak, bu işi istedikleri gibi yapsınlar. Ruhunu olan biten her şeyden özgür tutmalısın. Neler yapıldığını bile öğrenmemelisin. Başka bir şey var mı Albert?

ALBERT Bunu iki yönlü bir şey olarak anlıyorum. Bir yandan…

HELLINGER Hayır, hayır, hayır.

Gruba Algılamanızı sınamak istiyorum şimdi. Esenlik benim söylediğimden mi geliyor, yoksa onun itirazından mı? Ona bakarsanız hemen göreceksiniz.

Algıladığını bir soruyla sorgulayan kişinin algılaması ve gücü onu anında terk eder. Karşı çıkışın öcünü alır böylece.

Dizim: Erkek evlilik dışı kızının, annesinin ikinci kocası tarafından evlat edinilmesine izin verir

RAIMUND Psikologum, evliyim, iki çocuğum var. Daha önceki evlilik dışı bir ilişkimden şu anda başka bir kıtada yaşayan bir de kızım var.

HELLINGER Bayağı uzaklara gitmiş. Kaç yaşında?

RAIMUND On altısına basacak. Annesi erkek arkadaşıyla oraya göç etti.

HELLINGER İlişkin nasıl onunla?

RAIMUND Altı yıl önce iki yıllığına Almanya'ya döndüğünde çok iyi bir ilişkimiz vardı. Şimdiyse yaşına uygun bir durumda. Yani bir teşekkür mektubu Noel armağanımın ardından alıyorum, bir de doğum gününden sonra. Arada bir birbirimize bir video kaset yolluyoruz. Aileyi dizmek isterim.

HELLINGER Tamam, diz o zaman.

RAIMUND Eski kız arkadaşımla başlıyorum.

HELLINGER Nasıl? Kiminle başlıyorsun?

RAIMUND Eski kız arkadaşımla.

HELLINGER İlk eşinle başlıyorsun.

RAIMUND Evli değildik onunla.

HELLINGER İlk eşinle başlıyorsun.

RAIMUND Pekâlâ, anlıyor ve önünde tevazuuyla eğiliyorum.

HELLINGER Şöhretine kara çalınan kişiyi koruma altına aldım. Başka kimler var?

RAIMUND Bu ilk eşten olan kızım. Kendisinden bir kızım, bir de oğlum olan ikinci eşim.

HELLINGER Önceden evli ya da sürekli bir ilişkisi olan var mı?

RAIMUND İlk karım. Benden ayrılma nedeni de buydu.

HELLINGER O evlilikten çocuklar var mı?

RAIMUND Hayır. Evliliğin kopma nedeni bu olmuş; adam çocuk istememiş.

HELLINGER Bu önemli bir bilgi. O halde ortada güçlü bir bağ yokmuş. İşin yasal yanı pek bir önem taşımıyor.

RAIMUND Şimdiki karımın biz tanışmadan önce iki yıllık bir ilişkisi varmış. Tanıştığımızda sona ermiş, oldukça gürültülü bir şekilde bitirilmişti.

HELLINGER İkinci eş de önceden evliyse ilişki, ikinci elin birinci el aldığı bir ilişkiden daha iyi olacaktır.

RAIMUND İlk eşimin yeni bir kocası var.

HELLINGER Çocukları var mı?

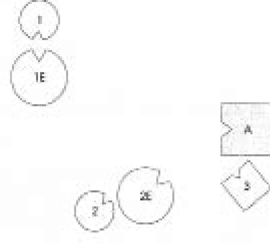
RAIMUND Hayır ama kocası benim kızımı evlat edindi. Bunun önemi var mı?

HELLINGER Önemi var. Kız bunun öcünü adamdan ağır bir biçimde alır. Böyle bir şey asla yapılmamalı. Ya sen, karşı çıkmadın mı?

RAIMUND Hayır. Onayladım.

HELLINGER Onayladın mı? Aman Tanrım! Çocuğun sana öfke duyar. Onu geri aldığını, bütün haklarıyla senin kızın olarak kalacağını ona söylemek zorundasın. Onu asla başka bir adama veremezsin!

1. Resim



A Adam (=Raimund)

1E İlk eş, 1’in annesi

1 İlk çocuk, kız

2E İkinci eş, 2 ve 3’ün annesi

2 İkinci çocuk, kız

3 Üçüncü çocuk, oğlan

HELLINGER Raimund’a Nasıldı bu sabah gördüğün rüya?

RAIMUND Oğlum kapının önünde duruyordu.

HELLINGER Bu elbette senin kapının önünde olduğun anlamına geliyor. Bunu burada da görebilirsin. –İlk eş nasıl?

İLK EŞ Sırtım ağrıyor. Arkamda çok tuhaf bir şey hissediyorum, hava akımı gibi sanki. Ama o yöne doğru da bakamıyorum. Çok tuhaf.

HELLINGER İlk çocuk nasıl?

İLK ÇOCUK Anneyle yalnızken iyiydim. Şimdi midemde bir ağrı var. Karıncalanma gibi bir his. Nahoş ama korkutucu değil.

HELLINGER Raimund’un temsilcisine Adam nasıl?

ADAM Şimdiki ailemle gayet iyiyim. Ama orada, öteki tarafta ilk eş ve çocukla hoş değildi. Diğer iki çocuk buradaki mekanı koruyor.

HELLINGER İkinci eş nasıl?

İKİNCİ EŞ Çok iyi değil. Adam benim için gerçek bir muhatap değil bir şekilde. Aramızdaki daha çok bir çatışmayı andırıyor.

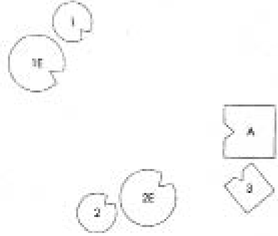
HELLINGER Öyle de zaten.

İKİNCİ EŞ Çocukların konumu da yerinde değil bana göre. Kızım öyle arkamda durmamalı. Oğlanla daha iyi, çünkü onunla göz temasım var. Kızla ise temas kurmak için başımı iyice çevirmem gerek.

HELLINGER Sırt ağrısı giderek kötüleşen ilk eşe Düzelmek için yana doğru dön. Böyle reaksiyonlarla seni orada bırakamam.

Hellinger ilk eşi kızının yanına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER Küçük kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK İyi değilim. Kendimi bütün tehlikelere açık, güvensiz ve savunmasız hissediyorum.

HELLINGER Raimund’a İlk kızın duygularını taşıyor.

RAIMUND Çok şaşırtıcı. Sık yazışırlar.

HELLINGER Onun duygularını yaşıyor.

Oğul nasıl?

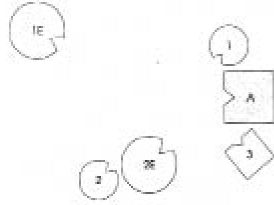
ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Babamı korumak zorunda olduğumu hissediyorum. Kendimi kullanılmış hissediyorum.

HELLINGER Raimund'a O ikisi kapının önünde; yani sen ve oğlun. İkiniz de.

Şimdi ilk önemli değişikliği yapalım bakalım.

Hellinger büyük kızı babasının yanına yerleştirir.

3. Resim



İLK ÇOCUK Burada hoş değil. Biraz daha uzaklaşmak isterdim.

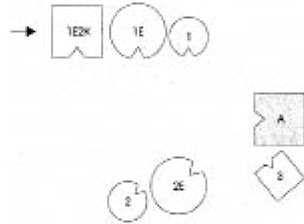
HELLINGER Bir de öyle dene.

Kız babasından biraz uzaklaşır.

İLK ÇOCUK (ikinci eş için) Gözlerini bana dikiyor. Korkutuyor beni.

Hellinger ikinci kocayı ilk eşin yanına yerleştirir.

4. Resim



1E2K İlk eşin ikinci kocası

HELLINGER Büyük kız için nasıl oldu bu?

İLK ÇOCUK Annemin yanımda olması benim için çok daha hoş.

HELLINGER Raimund’un temsilcisine Adamda ne değişti?

ADAM Büyük kızımın gelişi benim için iyiydi. Ama ardından karım bana tehlikeli göründü. Büyük kızıma doğru çekiliyorum ama şimdiki ailemden de ayrılmak istemiyorum. Bölünmüş durumdayım.

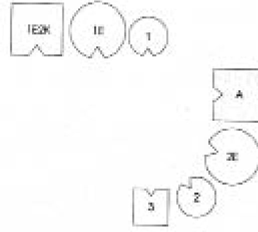
HELLINGER Küçük kızda ne değişti?

İKİNCİ ÇOCUK Kendimi arada hissediyorum. Babama doğru hiçbir çekim yok. Deminki gibi güvensizlik hissediyorum. Ablama yönelmek isterdim. Nereye gitmem gerektiğini bilemiyorum. Babama hislerim azaldıkça ablam daha da çekici bir hale geliyor.

HELLINGER Raimund’a Ablası gibi hissediyor kendini. Ve arada kalmış hissediyor.

Hellinger çözüm resmini oluşturur. İkinci evlilikten olan iki çocuk önce ana babanın karşısına, ardından da annenin yanına yerleştirilir.

5. Resim



HELLINGER İkinci eş şimdi nasıl?

İKİNCİ EŞ Çocukların karşımda durması bana uymuyordu. Şimdi daha yakınlar ve kendimi daha rahat hissediyorum.

HELLINGER Böylesi küçük kız için nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi. Daha güvenli.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Benim için de iyi.

HELLINGER Raimund'a Çocuklar sana güvenmiyor. Annelerine güveniyorlar daha çok.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Büyük kız geldiğinde sırtımdan yük kalkmış gibi hissettim. Birden üzerimden bir baskı kalktı. Şimdi böylesi benim için çok iyi.

HELLINGER Büyük kıza Bir bak bakalım, babana ne kadar yaklaşabiliyorsun.

Kız babasına yaklaşır, ardından annesinin yanına döner.

İLK ÇOCUK Yapamıyorum. Burada, annemin yanında kalmayı yeğlerim. İki kardeşimi de görmek güzel. Tuhaf olan bir şey var; kız kardeş uzaklaştığında gittiği için üzüntü duydum. Ama aynı zamanda da erkek kardeşi görmek beni neşelendirdi. Bu benim için çok yeni. Kendimi kötü hissetmiyorum. Babanın yanında her ikisini de görmeliyim. Bu önemli benim için.

HELLINGER İlk eş şimdi nasıl?

İLK EŞ Harika. İlk kez diğer aile görüş alanım içinde değil. Adamın ikinci kızı kendi kızımdan çok daha fazla gözümün önündeydi.

HELLINGER İlk eşin ikinci kocası nasıl?

İKİNCİ KOCA Burası uygun.

HELLINGER Raimund'a Onu evlatlık vererek kızın üzerindeki hakkını kaybettin. Buna uygun tepki veriyor kızın da.

RAIMUND Evet.

HELLINGER İkinci bir evlilikte ilk evlilik ya da eşin ilk ilişkisinden olan çocuklar asla evlat edinilmemeli. Çocuklar için bu son derece kötüdür ve düzeni bozar.

RAIMUND Böylesinin onun için daha iyi olacağını düşünmüştüm.

HELLINGER Bunlar akılcı görüşler. Ona üzgün olduğunu, her zaman olduğu gibi babası olarak kalacağına güvenebileceğini söyleyerek durumu biraz düzeltebilirsin. Her zaman yanında olduğunu, diğer çocuklarınla sözgelimi miras vb gibi konularda aynı haklara sahip olduğunu söyleyerek. Bu, durumun gerilimini alır. Dizimde yerine geçmek ister misin?

Raimund dizimdeki yerini alarak çevresine bakınır.

RAIMUND Barış içinde. Son derece barışçı bir ortam.

HELLINGER Düzen geldiğinde ortam her zaman barış içindedir. O zaman herkes kendi yerindedir. Büyük kızına yaklaş biraz ve bak bakalım nasıl oluyor?

Büyük kıza Yaklaşmasına razı mısın?

İLK ÇOCUK Tabii! Hiç de olmayacak iş gibi gelmiyor bana. Güler.

HELLINGER Raimund'a Bu bir sonraki adım. (Raimund'un büyük kızını Rita temsil etmektedir.)

Gruba Evlat edinme konusunda bir öykü anlatayım size. Adı "Eve dönüş".

Eve dönüş

Büyük bir ormanın kıyısında bir oduncuyla karısı yaşarmış. Tek bir çocukları varmış, üç yaşında bir kız. Ama o kadar yoksullarmış ki çoğu zaman onu neyle besleyeceklerini bilemezlermiş. Günün birinde Bakire Meryem onlara gelip "Siz bu çocuğa bakamayacak kadar yoksulsunuz, bana verin, onu cennete götürüp annesi olayım, ben bakayım" demiş. Yürekleri kederle dolmuş, Bakire Meryem'e karşı ne yapabilirlermiş ki. Böylece boyun eğmişler, kızı alıp Bakire Meryem'e vermişler.

O da kızı cennete götürmüş. Tatlı ekmekler yemiş kız orada, bal gibi sütler içmiş, meleklerle oynamış. Ama gizlice ana babasını, güzel yeryüzünü özlermiş.

Kız on dört yaşına geldiğinde Bakire Meryem yine yolculuğa çıkmış, çünkü o da sık sık dünyayı özlermiş. Kızı yanına çağırmış ve "Cennetin on üç kapısının anahtarı sana emanet" demiş. On iki kapıyı açabilir, içindeki harikalara bakabilirsin. Ama bu küçük anahtarın açtığı on üçüncüsü sana yasak. Sakın onu açma yoksa felaket olur!" Kız söz vermiş: "On üçüncü odaya asla girmeyeceğim."

Bakire Meryem gittiğinde kız cennetin evlerini gezmiş. Hepsini tamamlayana dek her gün bir kapı açmış. Her birinin ardında bir havari oturmaktaymış ve her biri öyle bir görkemle kuşatılmış ki kız her seferinde bu güzel görüntüden sevinç duymuş.

Yasaklanan on üçüncü kapı ise hâlâ kapalıymış ve kız onun ardında ne olduğunu öğrenmek için büyük bir istek duyuyormuş. Yalnız kaldığında "Artık yapayalnızım" diye düşünmüş, "Açarsam kim bilecek ki!" Küçük anahtarı almış, kilide sokup çevirmiş. Kapı yerinden fırlamış, kız, altın ışıltılı bir görkemin çekimine kapılmış. Tapınağın yüreği olmalıymış burası. Kendisi de kor gibi yanarak içeri girmiş, parmağıyla altına dokunmuş ve hiç duymadığı bir hazla titremiş.

Birden Bakire Meryem'in yasağını hatırlamış. Parmağını geri çekmiş, dışarıya kaçarak kapıyı yeniden kilitlemiş. Ama artık parmağı altından

gibiymiş. Altını yıkayıp çıkarmak istemiş ama çıkacak gibi değilmiş. İçi kaygı dolu, Bakire Meryem'in dönüşünü beklemeye koyulmuş.

Onun ise hiç acelesi yokmuş. Dünyada olmak hoşuna gidiyormuş. Geri döndüğünde keyfi yerindeymiş. Meleklerle kızı yanına çağırıp dünyadaki yenilikleri anlatmış. İnsanların tuhaf kutucukları varmış artık. Bir düğmeye basmaları yetiyormuş; dünyada neler olup bittiğini görebiliyorlarmış.

Günün birinde, diye anlatmış, dağ gorillerinin peşinden giden bir kadın görmüş o da bu şekilde. Çok tehlikeli bir işmiş bu. Çünkü dağ gorilleri bir insandan sekiz kat daha güçlüymüş. Ama goriller kadının kendilerine yaklaşmasına izin vermiş. Sonra bir gün bir goril yavrusu ona o kadar yaklaşmış ki parmağını uzatıp sırtını okşayabilmiş. Yumuşacıkmış kürkü, okşanmaktan da hoşlanmış.

Bunun ardından sürünün yerlileri ona bir goril yavrusu getirmiş. Ana babasını yitirmişmiş yavru, pek de güçsüz düşmüş. Ana gibi bağrına basmış kadın onu, şekerli sütle beslemiş, öyle iyi bakmış ki çok geçmeden iyileşmiş yavru. Bu yabancı yavruyu ne kadar severse sevsin, onun öteki gorilleri özlediğini görmüş. Bir kez daha gorillerin peşine düştüğünde onu da yanına almış. Sürüye rastladığında yavruyu onlara uzatmış. En yaşlı goril yavruyu gördüğünde ortalığı inleten bir çığlık attığı gibi kadının üzerine atılmış, yavruyu elinden kapıp sürüye dönmüş ve onu hemen göğsüne dayayıp emzirmeye koyulan bir dişiye vermiş. Kadına kötülük etmemiş. Kadınsa goril yavrusunun benzerleri arasında iyi olduğunu görmüş.

Bakire Meryem daha pek çok öykü anlatıp anahtarların akıbetini sormayı unutmuş.

Ertesi gün ise kızı çağırıp anahtarları getirmesini istemiş. Kurcalayarak sormuş: "Gerçekten de on üçüncü odaya da girmedin mi?" "Hayır" demiş kız, "girmemi yasaklamıştın ya." "Peki o zaman neden bir elini arkana saklıyorsun?" diye sorup "Öteki elini de göster bana bakayım!" diye buyurmuş. Kız utanmış. Ama yalanın da yararı yokmuş. Elini sırtından çekip altın parmağını göstermiş. Bakire Meryem içini çekip "Günün birinde olacağı buydu" demiş. Beyaz eldivenini bir çıkarmış ki, bakın şu işe, onun da altın bir parmağı varmış.

Kıza “Madem bunu öğrendin, diğer her şeyi de öğreneceksin” demiş, “Ana babaların, kardeşlerin, erkeklerle kadınların, çocukların olduğu dünyaya geri dön.” Kız sevinip teşekkür etmiş. Bakire Meryem ise çıkınını bağlamasına yardım etmiş ve vedalaşırlarken bilginin kanıtını koruması için bir çift beyaz eldiven vermiş ona.

Not

Evlat edinmede etkili olan çok yönlü dinamiği aşağıdaki kitap ve video bantlarında ayrıntılı olarak belgeledim. Tümünü Carl-Auer-Systeme Verlag, Webestr. 2, 69120 Heidelberg adresinden edinmeniz mümkün.

Haltet mich, dass ich am Leben bleibe. Lösungen für Adoptierte (Hayatta kalmam için sıkı sarıl bana. Evlat edinilmişler için çözümler), 1997. 2 adet video kaset halinde (toplam süre 7 saat)

Haltet mich, dass ich am Leben bleibe. Lösungen für Adoptierte, 1998, 240 sayfa (yukarıdaki çalışmaların kitabı)

In der Sele an die Liebe rühren (Ruhta sevgiye dokunmak). Engelli çocukları olan ana babalar, engelli çocukların bakımını üstlenen ya da evlat edinen aileler ile Aile Dizimleri, 1998, video kaset (toplam süre 2,5 saat)

In der Sele an die Liebe rühren (Ruhta sevgiye dokunmak). Engelli çocukları olan ana babalar, engelli çocukların bakımını üstlenen ya da evlat edinen aileler ile Aile Dizimleri, 1998, 120 sayfa (yukarıdaki çalışmaların kitabı)

Ailelerde hastalık ve iyileşmeye yol açan faktörler

Hastalar, terapistler ve doktorlar için düzenlenen ve Tıp ve Din konulu uluslararası bir konferansta gerçekleştirilen bir kurstan

Tanrı katı ile yeryüzü

Burada Tanrı katına ilişkin söylenenlerle aile ya da toplulukların kader birliği içinde ağır hastalıklar ya da kaza ve intiharlara yol açan unsurlar tanımlanıyor; yeryüzüne ilişkin söylenenlerle ise bu tür kaderleri kimi zaman tersine çeviren etkenler tanımlanacak.

Aile ve topluluklarda ağır hastalıklar ya da kaza ve intiharlara yol açanlar, Tanrı katı, temsili acı, temsili kefaret ölümden sonra yeniden bir araya gelmek ve kişisel ölümsüzlüğe ilişkin imgelere bağlı edimlerdir. Bu imgeler büyülü düşünce, arzu ve eylemlere yol açar ve hasta ya da ölüm döşeğindeki kişi, bir başkasının gönüllü olarak üstlendiği acısıyla, bu onu mukadder biçimde mahvedecek olsa bile bu kişiyi acısından kurtarabileceğini sanır.

Kader ortaklığı

Bu düşünce biçiminin üzerinde sağlıksız bir etki yarattığı kader birliğine dahil olanlar; kardeşler, ana baba ve onların kardeşleri, büyük ana baba, kimi zaman büyük büyük ebeveynden biri ve bunlardan birine yer açmış olan herkestir.

Başka birine yer açmış olanlarsa; ana baba ve büyük ana babanın eski eşleri ya da nişanlılar gibi eş dengi partnerleri ile ayrılmaları ya da uğradıkları talihsizlikler başkalarının bu gruba girişine yol açan ya da onlara bir kazanç sağlamış olanlardır.

Bağ ve sonuçları

Bu kader ortaklığında herkes herkese bağlıdır. Kader bağının en güçlü olduğu ilişkiler, çocuklarla ana baba, kardeşler ve kadın ile erkek arasındaki ilişkilerdir. Özel bir kader bağı da gruba sonradan katılanlarla onlara yer açanlar arasında oluşur. Özellikle de bu sonuncuların ağır bir kaderi olmuş ise. Bir erkeğin, doğum sırasında ölen ilk karısıyla ikinci evliliğinden olan çocukları arasındaki bağ, buna bir örnektir. Bu bağ ana baba ile çocuklar arasında daha az güçlüdür. En güçsüz olduğu ilişki ise başkalarına yer açmış olanlarla onların yerini almış olanlar arasındakidir. Bir erkeğin eski nişanlısı ile sonraki karısı buna bir örnektir.

Benzerlik ve denge

Bağ, sonradan gelenler ve daha zayıf olanların öncekilere ve daha güçlü olanlara sistemden ayrılmamaları için ya da eğer ayrılmışlarsa onları izlemeyi isteyecekleri şekilde sıkı sıkıya tutunmaları biçiminde işler.

Bağ ayrıca, bir yarar elde edenlerin bunun zararına olmuş olanlara benzemek isteyeceği şekilde etki eder. Böylece sağlıklı çocuklar hasta ana babalarına, suçsuz küçükler suçlu büyüklere benzemek ister. Ve bağ, sağlıklı olanların kendilerini hasta olanlardan, suçsuzların suçlulardan, mutlu olanların mutsuz olanlardan, yaşayanların da ölülerden sorumlu hissetmesine yol açar.

Bu nedenle, bir kazanç elde etmiş olanlar sağlıkları ve masumiyetlerini, yaşam ve mutluluklarını diğerlerinin sağlık ve suçsuzluğu, yaşam ve mutluluğu için tehlikeye atmaya ve bunlardan vazgeçmeye hazırdır. Çünkü kendi yaşamlarından, kendi mutluluklarından vazgeçerek bu kader ortaklığındaki diğerlerinin yaşamlarını güvence altına almak ya da kurtarabilmek umudunu taşırlar. Ve başkalarının yaşamı ve mutluluğunu, bunlar çoktan yitirilmiş bile olsa yeniden kazanıp eski haline getirebilmeyi umarlar.

Dolayısıyla, aile ve topluluğun kader ortaklığında bağ ve bağdan kaynaklanan sevgi temelinde, birisinin kazancı ile diğerinin kaybı, birisinin suçsuzluğu ve mutsuzluğu ile diğerinin suç ve mutsuzluğu, birinin sağlığı ile diğerinin hastalığı, yaşamı ve ölümü arasında denge sağlamaya yönelik karşı durulamaz bir ihtiyaç vardır. Bu ihtiyaçtan hareketle kişi, başka birisi mutsuz olduğunda kendisi de mutsuz olmak ister; başka birisi hastalandığında ya da suç işlediğinde sağlıklı ya da suçsuz birisi de hastalanmak ya da suç işlemek ister. Veya bir insan öldüğünde onun yakınındaki birisi de ölmek ister.

Yani bu sıkı kader birliği içinde bağ ve denge; uyumlanma ve başkalarının suç ve hastalığını, kader ve ölümünü paylaşmaya yol açar. Kişinin başkalarının selameti için kendi felaketini, başkalarının sağlığı için kendi

hastalığını, başkalarının suçsuzluğu için kendi suç ya da kefaretini bedel olarak ödemesine neden olur.

Hastalık ruhu izler

Bu eşitlik ve denge ihtiyacı hastalık ve ölümü adeta arzuladığı için hastalık, ruhu izler. Bu nedenle iyileşme dar anlamda tıbbi yardımın yanı sıra psikolojik yardım da gerektirir; ister hekimin kendisi bu iki alanı birleştirsin isterse başka birisi psikolojik açıdan tıbbi önlemleri desteklesin. Ancak hekim hastalığı tedavi yoluyla iyileştirmeye çalışırken ruh sağaltıcısı olan bir yardımcı, baş etmek istemenin kendisine haddini aşmak olarak göründüğü güçler karşısında takdir dolu bir hayretle daha ziyade geride durur. Ve böylece bu güçlerle uyum içinde kötü kaderi tersine çevirmeye, bu kaderin hasımı olmaktan çok müttefiki olmaya çalışır. Buna bir örnek:

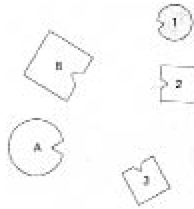
“Senin yerine ben”

Multiple sklerosis hastası genç bir kadın, grup çalışmasındaki bir hipnoterapi seansı sırasında kendisinin çocukluğunda felçli annesinin yatağının başucunda nasıl diz çöküp “Senin yerine ben, anneciğim” diye karar aldığını gördü. Katılımcılar için çocuğun ana babasını ne kadar çok sevdiğine tanık olmak etkileyici bir deneyimdi. Bunun ardından genç kadın kendisini benliği ve kaderiyle barışık hissetti. Ancak katılımcılar arasında bir kadın, annenin hastalık, acı ve ölümünü üstlenmeye hazır olan bu sevgiye daha fazla dayanamadı. Grup yöneticisine “Ona yardım edebilmeni çok isterdim” dedi. Grup yöneticisi hayretler
içinde kalmıştı. Bu kadın her şeyi mahvetmiş gibi gelmişti ona.

Çünkü kişi, bir çocuğun sevgisini kötü bir şeymiş gibi tedavi etmeye nasıl kalkışabilirdi ki. Bu şekilde çocuğun ruhunu hasta etmez, acısını hafifletmek yerine daha kötü bir hale sokmaz mıydı? Çocuk bu şekilde annesine sevgisini daha da fazla gizleyerek korumaz, umuduna ve bir kez aldığı, annesini kendi acısıyla kurtarma kararına daha da sıkı sarılmaz mıydı?

Buna başka bir örnek vereyim. Yine bir multiple sklerosis hastası genç bir kadın bir grup çalışması sırasında grup üyelerinin yardımıyla köken ailesini dizerek etkili olan ilişki örgüsünü gösterdi. Dizimde annesinin solunda babası yer alıyordu. Onların karşısında en büyük çocuk olarak danışan, onun solunda on dört yaşında kalp yetmezliğinden ölen erkek kardeşi, kardeşinin de solunda en küçük erkek kardeşi sıralanmıştı.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 En büyük çocuk, kız (=Danışan)

2 On dört yaşında kalp yetmezliğinden ölen ortanca çocuk, erkek

3 En küçük çocuk, erkek

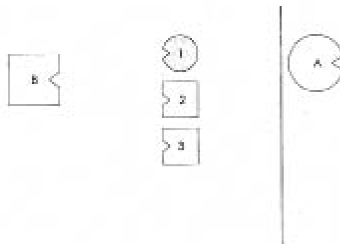
Grup yöneticisi ölen erkek kardeşin temsilcisini dışarı gönderdi; bu böyle bir dizimde ölüm anlamına geliyordu. Temsilci dışarı çıkar çıkmaz kızın yüzü birden aydınlandı, annesi de kendisini çok daha iyi hissetti. Grup yöneticisi, varolan eğilimi fark ederek en küçük kardeşi, ardından da babayı da dışarı gönderdi. Bütün erkekler dışarı çıktığında -yani öldüklerinde- anne bir zafer duygusuyla doğruldu. Her ne nedenle olursa olsun ölmesi gerekenin kendisi olduğu duygusunu taşıdığı anlaşılmıştı. Başkalarının ölümü onun yerine üstlenmeye hazır ve istekli oluşlarının onu ne kadar rahatlattığı ortadaydı.

2. Resim



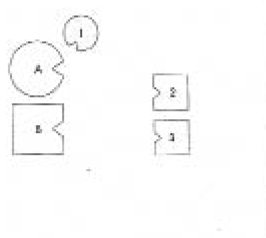
Grup yöneticisi daha sonra erkekleri geri çağırıp anneyi dışarı gönderdi. Bir anda hepsi annenin kaderine ortak olma yükümlülüğünden kurtulmuş ve iyi hissettiler kendilerini.

3. Resim



Ancak grup yöneticisi kızın multiple sklerosis hastalığının da annenin ölüm yükümlülüğüyle ilişkili olduğundan kuşkulanmıştı. Bu nedenle anneyi geri çağırarak babanın soluna, kızı da annenin yanına yerleştirdi.

4. Resim



Kıza, anneye sevgiyle bakarak, gözleri gözlerinde, yüzüne karşı "Anneciğim, bunu senin için yapıyorum!" demesini söyledi. Bunu söylerken bütün yüzü aydınlanan kızın hastalığının anlamı ve amacı bütün katılımcıların gözünde açıktı artık.

Burada bir hekim ya da ruhsal bakıcı ne yapabilir ya da neden korunmak zorundadır?

Bilgili sevgi

Çocuğun sevgisini gün ışığına çıkarmak çoğu zaman bilgili bir yardımcının bütün yapabileceği ve yapma izni olan şeydir. Çocuk bu sevgi adına neyi üstlenirse üstlensin, kendisini vicdanıyla uyum içinde, üstün ve iyi hisseder. Ancak çocuğun sevgisi anlayış sahibi bir yardımcı tarafından gün ışığına getirildiğinde belki bu sevginin hedefine ulaşamadığı da ortaya çıkacaktır. Çünkü bu, verdiği kurbanla sevilen kişiyi iyileştirebileceğini, felaketten koruyabileceğini, suçunun kefaretini belki ödeyebileceğini ve onu talihsizliğinin ellerinden çekip alabileceğini uman bir sevgidir. Eğer sevilen kişi ölmüşse onu ölülerin arasından geri getirebileceğini umar.

Ancak bu çocukça sevgi ve onun çocukça hedefleri açıklığa kavuşturulduğunda artık bir yetişkin olan çocuk, acıyla da olsa belki sevgisi ve kendini kurban etmesiyle başkalarının hastalığı, kaderi ve ölümünü aşamadığının; güçsüzlük ve cesaretle bunlarla yüzleşmek ve oldukları gibi kabul etmek zorunda olduğunun bilincine varacaktır.

Gün ışığına çıkarıldıklarında çocukça sevgi ve onun hedefleri düş kırıklığı yaratır. Çünkü yetişkinin bilgisi dahilinde artık varolmayan büyülü bir dünya görüşüne aittir bunlar. Sevgiyse varolmaya devam eder. Gün ışığına getirildiğinde ışık altında da varlığını sürdürecek yollar arar. O zaman da hastalığa yol açan aynı sevgi, içgörüyle birleştiğinde başka, “bilen” bir çözüm arar ve hastalığa yol açanı, bu hâlâ olası ise, ortadan kaldırır. Bu noktada hekim ve başka yardımcılar belki yön gösterir. Ama ancak çocuğun sevgisi onlar tarafından görüldüğü, sayıldığı için yeniye ve daha büyüğe açılabilirse mümkündür bu.

“İnce hastalık”

Çoğu zaman ölümcül bir hastalığın koşulu olarak çocuğun, sevilen bir kişi karşısında verdiği kararı buluruz: “Sen gideceğine ben gideyim.”

Anoreksiya’da bu karar “Sen gideceğine ben gideyim babacığım” şeklindedir.

Multiple sklerosis’te, örneğimizde “Sen gideceğine ben gideyim anneciğim” biçimindeydi.

Benzeri bir dinamik geçmişte tüberküloz için de geçerliydi. Tüberküloz belki de bu nedenle çift anlamlı bir sözcük olan “İnce hastalık” olarak da bilinirdi[12]. Aynı dinamiğe intihar ve ölümcül kazalarda da rastlanır.

“Sen gitsen de ben kalıyorum”

Hastayla görüşmede bu dinamik gün ışığına geldiğinde yardımcı ve iyileştirici çözüm ne olabilir? Bir sorunun her iyi tanımlanmasında olduğu gibi, çözüm bu tanımın içindedir ve tanımla birlikte etkisini gösterir. Bu, hastalığa yol açan cümleye ışık tutulması ve danışan tarafından, onu harekete geçiren sevginin olanca gücü ile sevilen kişinin yüzüne söylenmesi ve onaylanmasıyla başlar: “Sen gideceğine ben gideyim!” Bu sırada cümlenin sevilen kişi muhatap olarak kabul edilene ve bütün sevgiye karşın kişinin kendi benliğinden ayrı algılanıp görülmesine kadar tekrarlatılması önemlidir. Aksi takdirde eşyaşam (symbiosis) ve özdeşleşme devam eder ve iyileştirici ayırt etme ve ayrılma başarısızlığa uğrar.

Cümlenin sevgi dolu söylenişi, hem sevilen kişi hem de söyleyenin sınırlarını çizer ve kişinin kendi kaderini sevilen kişinin kaderinden ayırır. Cümle yalnızca kişinin kendi sevgisini değil, sevilen kişinin sevgisini de görmeye; sevenin sevilen yerine istediği şeyin ona yardımcı olmaktan çok yük olduğunu görmeye zorlar.

Artık sevilen kişiye ikinci bir cümle söylemenin zamanı gelmiştir: “Babacığım, anneciğim, sevgili kardeşim -ya da bu her kim ise-, sen gitsen de ben kalıyorum.” Kimi zaman, özellikle de cümle baba ya da anne ile ilişkiliyse danışan şunu da ekler: “Babacığım, anneciğim, sen gitsen ve ben kalsam da beni kutsa.”

Buna bir örnek vereyim:

Bir kadının babasının ikisi de engelli erkek kardeşleri vardı. Biri sağır, diğeri ise psikotikti. Onlara beslediği sadakat babayı kardeşlerinin kaderlerini paylaşmaya itiyordu. Çünkü onlar mutsuzken mutlu olmaya dayanamıyordu. Ancak kızı tehlikeyi gördü ve öne atıldı. Onun yerine erkek kardeşlerin yanında yer aldı ve yüreğinde babasına şöyle söyledi: “Sevgili baba, kardeşlerinin yanında sen yok olacağına ben olurum” ve “Babacığım, onların talihsizliğini sen paylaşacağına ben paylaşırım.” Kadın bulimia hastalığına yakalandı.

Peki onun için çözüm ne olurdu? Babasının kardeşlerine belki yalnızca içinden de olsa şöyle söylemek: “Bizimle kaldığında babamı kutsayın, babamın yanında kaldığımda beni kutsayın.”

“Seni izliyorum”

Ana babanın, çocuğun “Sen gideceğine ben giderim” cümlesiyle engelleyeceğini sandığı yok olma isteğinin ardında ebeveynlerde sıklıkla başka bir cümle bulunur. Ebeveyn kendi çocukluğunda bunu erken ölen ya da uzun süre hasta veya sakat yaşamış olan ana babası ya da kardeşlerine söylemiştir. “Seni izliyorum” şeklinde ifade bulur bu cümle. Ya da tam olarak söylemek gerekirse, “Seni hastalığında izliyorum” veya “Ölümünde izliyorum”.

Dolayısıyla ailede ilk etkisini gösteren, “Seni izliyorum” cümlesidir. Bu da bir çocuğun cümlesidir. Ancak bu çocuklar daha sonra kendileri ebeveyn olduklarında çocukları onların bu cümleyi gerçekleştirmesine “Sen gideceğine ben giderim” cümlesiyle engel olur.

“Ben biraz daha yaşayacağım”

“Seni izliyorum” cümlesinin ağır hastalık ya da kaza veya intihar girişimlerinin temeli olarak gün ışığına çıktığı durumlarda da yardımcı olan ve iyileştirici çözüm, çocuğun cümlesinin onu harekete geçiren sevginin olanca gücüyle sevilen insanın yüzüne karşı söylenmesi ve onaylanmasıdır: ““Sen gideceğine ben giderim!” Bu sırada cümlenin sevilen kişi muhatap olarak kabul edilene ve bütün sevgiye karşın kişinin kendi benliğinden ayrı algılanıp görülmesine kadar tekrarlatılması önemlidir. Çocuk o zaman sevgisinin kendisi ve sevdiği insan arasındaki sınırı aşamayacağını, bu sınırda durmayı öğrenmek zorunda olduğunu görür. Cümle burada da yalnızca kişinin kendi sevgisini değil, sevilen kişinin sevgisini de görmeye ve başka hiç kimse, özelikle de kendi çocuğu onu izlemez ise, sevilen kişinin kaderini daha kolay taşıyıp yerine getireceğini kavramaya zorlar.

Çocuk, bunun ardından sevilen ölmüşe ikinci bir cümle söyleyebilir. Bu, kendisini o kötü izleme yükümlülüğünü sırtından alarak serbest bırakan asıl cümledir: “Babacığım, anneciğim, sevgili kardeşim -ya da bu her kim ise-, sen öldün, ben biraz daha yaşayacağım, sonra ben de öleceğim.” Veya; “Bana armağan edileni sürdüğünce yaşayacak, sonra ben de öleceğim.”

Çocuk ebeveyninden birinin kendi köken ailesinden birisini hastalığı ya da ölümünde izlemek istediğini gördüğünde şöyle söylemelidir: “Babacığım, anneciğim, sen gitsen de ben kalıyorum” ya da “Sen gitsen bile seni el üstünde tutuyorum, her zaman annem olarak kalacaksın, her zaman babam olarak kalacaksın.” Ya da ana babadan biri kendi canına kıymışsa; “Kararın ve kaderin önünde eğiliyorum. Her zaman babam olarak kalacaksın, her zaman annem olarak kalacaksın; ve ben de her zaman senin çocuğun olacağım.”

Hasta eden inanç

“Senin yerine ben” ve “seni izliyorum” cümleleri vicdan huzuru ve masumiyetten emin oluş içinde söylenip gerçekleştirilir. Bu, Hıristiyanlığın mesajı ve örneğine, sözgelimi İsa’nın Yahya İncilindeki, “Hayatını dostları için feda edenin sevgisinden büyük bir sevgi yoktur” sözüne ve ölümüne dek havarilerinin çarmıh yolunda kendisine eşlik etmeleri çağrısına da uygundur.

Hıristiyan öğretisi, günah ve suçtan acı ve ölümle kurtuluş ve Hıristiyan azizleriyle kahramanlarının örneği çocuğun, başkalarının yerine onların hastalığı, talihsizliği ve ölümünü üstlenebileceği inancını onaylar: Ya da Tanrı ve kadere bunu dengi dengine ödeyerek kendi hastalığı ve acısıyla başkalarını hastalık ve acılarından kurtarabileceği, ölümüyle onları ölümün pençelerinden alabileceği inancını: Veya, onları bu dünyada kurtaramayacak olursa ölümün elinden aldığı insanla onun gibi kendisi de hayatını kaybederek ölümden sonra karşılaşacağı, ölümle yeniden kavuşacakları inancını.

İyileştiren sevgi

İyileşme ve kurtuluş, böylesi kilitlenmelerde yalnızca tıbbi ve terapötik eylemin ötesine geçer. Dinsel bir edim ve daha büyük olana; büyülü düşünce ve arzuları aşan ve bunların gücünü alana geçişi gerektirir. Bu daha büyük olan -sahte Tanrı katı vaadinin aksine- yeryüzüdür. Yeryüzünü onaylayan, hem bolluğu hem de başlangıç ve sonu onaylar. Kimi zaman bir hekim ya da yardımcı böylesine bir edimi hazırlayıp destekleyebilir. Ancak bu onun elinde değildir ve etkinin nedeni izlemesi gibi bir yöntemin sonucu da değildir. Eğer başarılı olursa en yüksekte olanı ister ve bunu bir lütuf olarak deneyimler.

Daha büyük olana bu geçişe bir örnek olarak sf. 271’deki “Daha büyük inanç” ile benzeri bir bağlamda bir öykü anlatayım:

İnanç ve sevgi

Adamın biri gece, rüyasında kendisine “Ayağa kalk, oğlunu, biricik sevgili varlığını al, onu sana göstereceğim dağa götür ve kurban olarak bana sun!” diyen Tanrının sesini işitmiş.

Sabah kalkmış. Oğluna, biricik sevgili varlığına bakmış, karısına, çocuğun annesine bakmış, Tanrısına bakmış. Çocuğu almış, dağa götürmüş, bir sunak kurmuş, çocuğun ellerini bağlamış, bıçağını çıkarıp kesmeye yeltenmiş. Ama o anda başka bir ses daha işitmiş ve oğlu yerine bir koyun kesmiş.

Oğul babaya nasıl bakar?

Baba oğla?

Kadın erkeğe?

Erkek kadına?

Tanrıya nasıl bakarlar?

Ya Tanrı -eğer varsa- nasıl bakar onlara?

Başka bir adam gece, rüyasında kendisine “Ayağa kalk, oğlunu, biricik sevgili varlığını al, onu sana göstereceğim dağa götür ve kurban olarak bana sun!” diyen Tanrının sesini işitmiş.

Sabah kalkmış. Oğluna, biricik sevgili varlığına bakmış, karısına, çocuğun annesine bakmış, Tanrısına bakmış. Cevabını yüzüne karşı vermiş: “Yapmıyorum!”

Oğul babaya nasıl bakar?

Baba oğla?

Kadın erkeğe?

Erkek kadına?

Tanrıya nasıl bakarlar?

Ya Tanrı -eğer varsa- nasıl bakar onlara?

Kefaret olarak hastalık

Hastalıklara, intihar, kaza ve ölüme yol açan bir başka dinamik de suçun bedelini ödeme arzusudur.

Kimi zaman, bir düşük ya da bir çocuğun hastalığı, sakatlığı veya erken ölümü gibi kadere bağlı olan ve müdahale edilemez olan bir şey suç olarak algılanır. Bu durumda ölmüşlere sevgi dolu bakmanın, yas ile yüzleşmenin ve geçip gideni rahat bırakmanın yardımı dokunur.

Kişinin başına yazgısal olarak gelen ve başkalarına zarar verirken kendisine bir yarar ya da kurtuluş sağlayan bir şey de suç olarak algılanır. Buna bir örnek olarak bir çocuğun kendisini dünyaya getirirken ölen annesi verilebilir.

Ancak bir de kişinin sorumluluğunda olan gerçek suç vardır. Sözgelimi bir çocuğun ortada zorunluluk yokken başkalarına verilmesi, aldırılması ya da kişinin bir başkasından kötü bir şey istemesi ya da yapması gibi.

Yazgısal ve kişisel suçun kefareti, kişinin yol açtığı zarara karşılık kendi uğradığı zarar olarak ödenir, suç ceza ile telafi edilir.

Bu edimler içine aldıkları insanlar için ne kadar kötü olursa olsun, dinsel öğreti ve örnekler tarafından teşvik edilir. Bunun da altında acı ve ölümün kurtarıcılığına inanç, günah ve suçtan kişinin kendini cezalandırması ve dışsal acı ile arınılacağı inancı vardır.

Kefaret yoluyla sağlanan denge acıyı ikiye katlar

Kefaret, telafi gereksinimimizi karşılar. Ancak denge hastalık, kaza ya da ölümde arandığında nedir gerçekte elde edilen? Bu durumda zarara uğrayan bir kişi yerine iki kişi, bir ölü yerine bir ikincisi olacaktır. Daha da kötüsü: İşlenen suçun kurbanları için kefaret iki katı zarar, iki katı mutsuzluk anlamına gelir. Çünkü mutsuzlukları başka bir mutsuzluğu besler, uğradıkları zarar başka bir zarar doğurur, ölümleri yeni bir ölüm getirir.

Bir şey daha vardır. Kefaret işin ucuz yoludur. Büyülü düşünce ve eylemde başkası için selametin kişinin kendi felaketiyle gelmesi, kişinin kendi acısının başkasının kurtulmasına yettiği inancı kefaret için de geçerlidir. İlişki ve diğer insan göz önünde bulundurulmaksızın, uğradığı felaketin acısı hissedilmeksizin ve rızası, kutsaması olmaksızın diğeri için bir şey yapma zorunluluğu olmadan, tek başına acı ve ölümün yeterli olacağına inanılır.

Kefarette göze göz temelli bir ödeşme vardır. Burada da eylemin yerine acı çekmek, yaşamın yerine ölüm, suçun yerine ceza geçer. Ve burada da eylem ve hizmet olmaksızın acı ve ölüm yeterli sayılır. “Senin yerine ben” ve “Seni izliyorum” cümlelerinin hayata geçirildiğinde olduğu gibi kefaret ödenmesiyle de mevcut felaket, acı ve ölüm artarak büyür.

Annesi kendisini dünyaya getirirken ölen bir çocuk, yaşamı onun ölümüyle ödenmiş olduğu için kendisini ömür boyu suçlu hisseder ona karşı. Çocuk bu durumda suçunun kefaretini kötü bir yaşam sürdürerek, annesinin canı pahasına bile olsa yaşamı almaktan kaçınarak, hatta kendi canını alarak ödemeye kalkışacak olursa annenin uğradığı felaket ikiye katlanacaktır. O zaman, armağan ettiği yaşam çocuk tarafından alınmamış, sevgisi ve ona her şeyi vermeye hazır oluşu saygı görmemiş olacaktır. Boşuna olacaktır ölümü. Daha da fazlası: Yaşam ve mutluluk getireceğine daha da fazla mutsuzluk getirmiş olacak, ortada bir ölü yerine iki ölü olacaktır.

Böyle bir çocuğa yardım etmek istediğimizde onun hem kefaret ödemeyi arzuladığını hem de “Senin yerine ben” ve “Seni izliyorum” cümlelerinde ifade bulan isteği duyduğunu göz önünde bulundurmak zorundayız. Bundan

ötürü, ancak, “Senin yerine ben” ve “Seni izliyorum” cümlelerine iyileştirici bir çözüm getirmeyi başarabilirsek bu uğursuz kefaret arzusunu sağlıklı bir biçimde ele alabiliriz.

Alma ve barıştırıcı eylem yoluyla sağlanan denge

Peki, bu çocuk için kendisi ve annesine uygun çözüm ne olurdu? Şöyle söylemek: "Anneciğim, yaşamım için böylesine yüksek bir bedel ödemiş olsan bile, ödediğin bedel boşa gitmemeli: Senin anına ve sana saygımla yaşamımı iyi bir yaşam haline getireceğim."

Ancak çocuk bunun ardından acı çekmek yerine eyleme geçmeli, başarıdan kaçınmak yerine çalışmalı, ölmek yerine yaşamalıdır. O zaman annesiyle arasındaki bağ, onu felaket ve ölümünde izlemesine kıyasla bambaşka olacaktır.

Çocuğun eşyaşamsal (sembiyotik) bir bağla annesiyle birlikte ölüp gitmesi, onunla bağının aptalca ve kör olması demektir. Annesi ve onun ölümünün anısıyla ortaya yaşamı destekleyen bir şey koyduğunda, hayatı alıp başkalarına da hayat verdiğinde annesiyle bağı bambaşka bir nitelik kazanır. Onun karşısında sevgi doludur. Çünkü yaşamı böylece alır, değerlendirirse annesi gözünde ve gönlünde demektir. Çocuk annesine beslediği sevgiyle yaşamını özel bir hale getireceği için, o zaman da anneden çocuğa kutsama ve güç akar.

Dengeyi yalnızca kötü olanla, zarar ve ölümle sağlayan kefaretin tersine bu, iyi ile sağlanan denge olacaktır. Ucuz bir yol olan, barış sağlamaksızın zarar veren ve alıcı olan kefaret yoluyla dengeye karşılık, iyi ile sağlanan denge pahalıdır. Ama esenlik getirir, bundan ötürü de annenin ve çocuğun kendi kaderleriyle barışmasına yol açar. Çünkü çocuğun annesinin anısıyla ortaya koyduğu iyilik, annesiyle gerçekleşmiştir. Anne çocuğu aracılığıyla bu iyilikte pay sahibidir ve onun içinde yaşamaya, etkisini göstermeye devam eder.

Ancak bu, büyülü telafiden farklı olarak yeryüzüne uygun bir telafi, bir dengeleme olacaktır. Yaşamımızın eşsiz olduğu, sona erdiğinde yenilere yer açtığı ve geçip gitmiş olduğunda bile yaşanmakta olanı beslediği içgörüsüne dayanır.

Kefaret ilişkinin yerini alır

Kefaret ödediğimizde kendimizi ilişkiye açmaktan kaçınırız. Çünkü o zaman suçu, kişinin ortaya çıkan zararı kendisinden bir şey ile ödediği bir şey olarak görürüz. Ancak eğer başka birisine haksızlık etmiş, mutsuzluk getirmiş, ruhu ve bedenine geri dönüşü olmayan zararlar vermişsek, böylesi bir kefaret ödemenin sonucu ne olacaktır? Sadece eğer diğerini gözden kaybetmişsem üzerimdeki yükü kendime zarar verme kefaretiyle atarım. Zira eğer bakışlarım karşımdakine çevriliyse, gerekli olanı kefaret ödeyerek ortadan kaldırmak istediğimi görmek zorunda olurum.

Aynı şey kişisel suç için de geçerlidir. Çocuğunu aldıran ya da başka bir nedenle kaybeden bir anne, çoğu zaman bunun kefaretini ölümcül bir hastalıkla ya da çocuğun babası ile veya gelecekte başka bir erkekle ilişkiden vazgeçerek ödemeye çalışır. Kişisel suçun kefareti de bilinçli inkârı ya da açıklamasının tersine bilinçsiz bir şekilde gelişir.

Kimi zaman annelerde kefaret ödeme arzusuna ölen çocuğun yolundan gitme isteği de eklenir. Bu, çocuğun ölen annesinin peşinden gitme arzusu gibidir. Ama belki annesi yüzünden canından olan bir çocuk da “Senin yerine ben” demektedir. Anne bedel ödeme adına hastalandığı ya da öldüğünde çocuğun anne sevgisiyle ölümü boşuna olacaktır.

Kişisel suçta da çözüm, kefaretin yerine barıştırıcı eylemin geçmesiyle gelir. Bu, haksızlık ya da kötü bir şey yaptığım veya talep ettiğim insanın gözünün içine bakarak -örneğin bir annenin aldırdığı, inkâr ya da terk ettiği çocuğuna seslenmesi gibi- şöyle söylemesiyle olur: “Üzgünüm” ve “Artık sana yüreğimde bir yer veriyorum” ve “Durumu elimden geldiğince iyileştirmeye çalışacağım” ve “Senin anınla ve gözümün önünde sen varken ortaya koyduğum iyilikte payın olacak”. O zaman suç boşa gitmiş olmaz. Zira annenin -ya da herhangi başka birisinin- bu çocuğun anısıyla ve onu göz önünde bulundurarak ortaya koyduğu iyilik, bu çocukla birlikte ve onun aracılığıyla işlenmiş olacaktır. Çocuk buna katılır. Anneye ve eylemine bir süre bağlı kalır.

Yeryüzünde suç gelip geçicidir

Suçta göz önünde bulundurulması gereken bir şey daha vardır. Gelip geçicidir ve gelip geçici olmalıdır. Suç ancak Tanrı katında ebedidir. Yeryüzündeki her şey gibi o da geçicidir, bir süre sonra geçip gider.

Üstlenilen kefaretle gelen hastalık

Suç ve kefaret aile ve topluluklarda çoğu zaman başkaları tarafından da üstlenilir. Bir çocuk ya da eş, suç veya kefaret bağlamında da “Senin yerine ben” der. Başkaları bundan kaçındığında suç ve sonuçlarını onlar üstlenir.

Gruplardan birinde bir kadın, yaşlı annesini yanına almaktan kaçındığını, bunun yerine onu bir yaşlılar yurduna verdiğini anlatmıştı. Aynı hafta kızı Anoreksiya hastalığına yakalanmış, siyahlar giymeye ve haftada iki kez bir yaşlılar yurduna giderek oradakilere hizmet etmeye başlamış. Ama o zamanlar kimse, hatta kızı bile aradaki bağlantıyı görememiş.

Ana babayı almanın reddedilmesiyle gelen hastalık

Ağır hastalıklara yol açan başka bir tavır da çocuğun ana babasını sevgiyle almaktan ve onları ebeveyni olarak onurlandırmaktan geri durmasıdır. Böyle çocukların ayağı yeryüzünden kesiktir; kendilerini bir Tanrı katından ya da daha da yükseklerden gelmiş sayarlar, daha iyi ve seçilmiş bulurlar. Sözgelimi kanser hastaları kimi zaman anneleri ya da babaları önünde eğilmektense ölmeyi yeğler.

Ana babayı onurlandırmak yeryüzünü onurlandırmaktır

Tanrı katına inanan, belki de göklerin yardımıyla yeryüzünün de, ana babasının da üstünde bir yer alabileceğine inanmaktadır. Ana babayı onurlandırmaksa yeryüzünü onurlandırmaktır. Ebeveyni onurlandırmak, onu olduğu gibi, yaşam ve ölümle, sağlık ve hastalıkla, başlangıç ve son ile almak ve sevmektir. Bu ise geçmişte adanma ve tapınma adı verilen asıl dinsel edimdir. Bunu, her şeyi alan ve her şeyi veren, bunu da sevgiyle yapan en büyük kendinden vazgeçiş olarak deneyimleriz.

Bir öykü anlatayım. Adı “İkili mutluluk” da olabilirdi ama burada onu “Yokluk” olarak adlandıracağım.

Yokluk

Mutlağın peşinde bir keşiş

Pazar yerinde bir tüccardan

Sadaka ister.

Tüccar yüzüne bakar keşişin

Bakar ve susar

Elindekini uzatırken sorar ona:

“Nasıl oluyor da yaşaman için

sana gerekeni benden istiyor,

ama bir yandan da bunu sana sunan

beni ve yaşama biçimimi

kendinden aşağı görebiliyorsun?”

Yanıtlar keşiş:

“Ardında olduğum Mutlağa kıyasla,

başka her şey gerçekten de aşağı kalıyor.”

Peşini bırakmaz tüccar:

“Varsa eğer böyle bir Mutlak,

ulaşabileceğimizin ötesinde olmalı.

Nasıl olur da birisi çıkar, O uzun bir yolun

sonundaymış gibi arayıp bulmaya kalkışır?
İnsan nasıl olur da, O’nu sahiplenebilir
ya da diğerlerinden daha fazla hak iddia edebilir üzerinde?
Veya tersine, eğer varsa böyle bir Mutlak,
insan nasıl olur da uzaklaşabilir O’ndan,
iradesi ve şefkatinden ayrı düşebilir?”
Karşılık verir keşiş:
“Sadece kendisine en yakın olanlardan
ayrılmaya, Burada ve Şimdi’ye bağlı olanları
bırakmaya gönüllü olan,
işte yalnızca o erişecektir Mutlağa.”
Tüccar ikna olmak bilmez:
“Bir Mutlak varsa,
herkese yakın olmalı,
görünen ve sürüp gidenin ardında saklı olsa da,
tıpkı her varlıkta bir yokluğun,
bugünde geçmiş ve geleceğin
gizli olduğu gibi.
“Gözümüze geçici ve sınırlı görünen
Varlığa kıyasla Yokluk,

ne zamanda sınır tanır
ne de mekanda
Tıpkı bugünle kıyaslandığında geçmiş ve geleceğin
olduğu gibi.
Ama tıpkı geçmiş ve geleceği
Şimdide yaşadığımız gibi
Yokluğu da Varlıkta yaşarız.
“Gece ve ölüm gibi
bir bilinmez olan Yokluk da
bağrında geleceği taşır.
Ama öyle anlar da vardır ki,
Mutlak aniden aydınlatıverir Şimdi’yi,
yıldırımın geceyi aydınlattığı gibi.
“İşte Mutlak da tıpkı öylece
yaklaşır yanımıza
ve ışığı an’a düşer.”
Sorar keşiş:
“Doğruysa bu dediklerin,
peki nedir kalan
senin ve benim ellerimizde?”

Tüccar yanıtlar:

“Bize kalan,

kısa bir süre için

bu dünyadır.”

(Bkz. ayrıca “Varlık ve yokluk”, sf. 38)

Dizim: “Seni izliyorum”

HELLINGER “Tanrı katı ve yeryüzü” konulu konuşmamı örneklerle açıklamak için bize ayrılan bu üç öğleden sonrayı ağırlıklı olarak ölümcül hastalığı olanlar ya da intihar tehlikesi altında olanlarla çalışarak değerlendirmek bu toplantının konusuna uygun düşüyor.

Tekerlekli sandalyesindeki Astrid’e Buraya, yanıma gel! Sandalyenle gelebilirsin. Hastalığın ne?

ASTRID Şeker hastasıyım. Hastalık sonucu diyalize bağımlı hale geldim, ardından bir böbrek nakli yapıldı.

HELLINGER Bildiklerimi hizmetine sunacağım. Ve eğer iyi ruhunla ana babanın iyi ruhları ile benimle işbirliği yaparsan belki de sana yardımcı olabilecek bir şey bulacağız. Anlaştık mı? Güzel. –O halde bana ailenden söz et. Ailende belirleyici olaylar yaşandı mı? Erken ölen ya da kendini öldüren biri oldu mu örneğin?

ASTRID Benden sonra doğan üçüncü çocukları üç günlükken ölmüş.

HELLINGER Bu önemli. Kardeşlerin çok güçlü bir tepki verdiği bir şeydir bu. Ailende başka bir şey yaşandı mı?

ASTRID Hastalığımın ortaya çıkışı, bizimle yaşayan kanser hastası büyükbabamın ölümüne denk geldi.

HELLINGER Annenin mi, babanın mı babası?

ASTRID Annemin.

HELLINGER Annenin ailesinde bunun dışında önemli bir şey yaşandı mı? Erken ölümler gibi?

ASTRID Savaş sırasında dayım 14 yaşında difteriden ölmüş.

HELLINGER Ebeveynin ya da büyük ebeveyninden biri önceden bir evlilik ya da ciddi bir ilişki geçirmiş mi?

ASTRID Hayır.

HELLINGER Gruptan seçeceğin temsilcilerle bu sistemi dizeceğiz şimdi. Önce temsilcileri seç. Anneni, babanı temsil edecekler gerek bize. Büyük çocuk kız mıydı, oğlan mı?

ASTRID Erkek kardeşim.

HELLINGER Ortanca?

ASTRID Benim.

HELLINGER Senin için de bir temsilci alıyoruz. –Ölen çocuk?

ASTRID Kızdı.

HELLINGER Onun için de birisini alıyoruz. –Çocuk neden ölmüştü?

ASTRID Bilinmiyor.

HELLINGER Bilinmiyor da ne demek?

ASTRID Annemin bana söylediği meme ememediği. Başka bir ölüm nedeni bilmiyorum.

HELLINGER Açlıktan mı ölmüş?

ASTRID Elimdeki tek açıklama bu. Bunun dışında sözü hiç açılmayan bir çocuk oldu.

HELLINGER Çocuğun ölümünden ötürü ana baba arasında suçlama oldu mu?

ASTRID Çocuk konusu asla açılmadı.

HELLINGER Pekâlâ, şimdi kişileri dizelim. Dizebilecek misin?

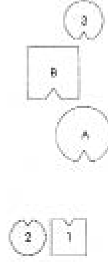
ASTRID Dizerim.

HELLINGER Böyle bir aile diziminin nasıl yapıldığını biliyor musun?

ASTRID Hayır.

HELLINGER Seçtiğin temsilcileri birer birer bu anda algıladığın biçimde birbirleriyle ilişki içinde iki elinle mekana yerleştiriyorsun. Hepsinin içsel resmine uygun yerde olduğunu gördüğünde öylece bırakıyorsun. –Şu anda nasıl hissediyorsan öyle diz. Duygunu izle. Son bir bakışla dizimin duygunu yansıtıp yansıtmadığına göz at, sonra yerine geç.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, erkek

2 Ortanca çocuk, kız (=Astrid)

3 En küçük çocuk, kız, üç günlükken ölmüş

HELLINGER Baba nasıl?

BABA İkisi arasında sıkışmış hissediyorum kendimi, arka tarafımda bir tehdit algılıyorum. Çok tuhaf bir duygu. Dönüp bakmak istiyorum.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Arkamda göremediğim çok fazla şey var. Çok yoğun.

HELLINGER Oğul nasıl?

BÜYÜK ÇOCUK Kız kardeşime güçlü bir bağ hissediyorum, anne babamdan ise çok uzağım.

HELLINGER Astrid’in temsilcisine Büyük kız nasıl?

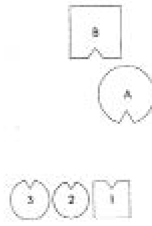
ORTANCA ÇOCUK Anne babamın gözleri üzerimde. Uzakta olmak iyi.

HELLINGER Ölen çocuk nasıl?

EN KÜÇÜK ÇOCUK Kimseyi seçemiyorum. Kendimi ait hissetmiyorum.

HELLINGER Ölen çocuğu göz önüne getiriyorum şimdi.

2. Resim



HELLINGER Ebeveynde ne değişti?

BABA Karımdan yana hâlâ bir darlık hissetsem de böyle daha serbestim. Çok daha iyi nefes alabiliyorum.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Rahatladım.

ORTANCA ÇOCUK Ben de daha iyiyim.

İki kız kardeş aralarında gülüşür.

HELLINGER Ne oldu aranızda?

ORTANCA ÇOCUK Böyle birinin hâlâ yanımda olması güzel.

HELLINGER Gruba Bu aileden edindiğim resimler çok yönlü. İlk resim, annenin aileden uzaklaşmak istediğini gösteriyor; ölen çocuğu izlemek istiyor. İkinci resim, büyük kızın kendisi giderek annesine engel olmak istediğini gösteriyor. Üçüncü resim ise büyük kızın da ölen kız kardeşinin peşinden gitmek istediğini. İkisi arasındaki uyumu gördünüz mü? Sevgiyi?

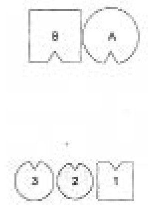
İki kız kardeş yeniden birbirlerine gülerler.

HELLINGER Görüyor musunuz? Gizleyemiyorlar bunu.

Grupta gülüşmeler.

HELLINGER Evet. –Şimdi anneyi babanın yanına yerleştiriyorum.

3. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

BABA Sağ tarafımda bir çekim var.

HELLINGER Baba gitmek istiyor olabilir. Çekim hissediyor. Ölen kızın yanına geç ve bak bakalım, nasıl olacak.

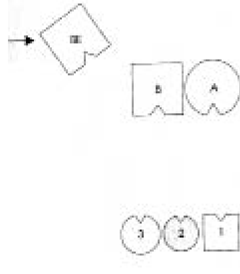
BABA Evet, böyle iyi.

HELLINGER Astrid’e Babanın ailesinde neler oldu?

ASTRID Kendinden küçük bir erkek kardeşi savaş sırasında zatürreden ölmüş. Ölümü çok ani olmuş.

HELLINGER Babaya Karının yanına geç yine. –Şimdi senin ölen küçük erkek kardeşini de dizime ekleyeceğim.

4. Resim



A Amca, 14 yaşında ölmüş

HELLINGER Ne değişti?

BABA Böyle iyi. Sağ tarafımdaki çekim kayboldu.

Ailenin diğer bireyleri için bir şey değişmemiştir.

HELLINGER Gruba Baba olasılıkla ölen kardeşine "Seni izliyorum" deme eğiliminde.

Anne böyle nasıl?

ANNE Erkek kardeş geldiğinde yine de bir şey değişti galiba. Daha önce bu ikili ilişki tam olarak yerine oturmuyordu. Bu değişti. Ama kardeşi çok da yaklaşmamalı.

HELLINGER Evet. Yoksa kadın erkeği kaybeder.

Astrid'e Dizimde kendi yerine geçmek ister misin? –Ölen kardeşinin adı neydi?

ASTRID Maria.

HELLINGER Ona bak ve "Sevgili Maria" de.

ASTRID Sevgili Maria.

HELLINGER Tekrarla!

ASTRID Sevgili Maria!

Uzun bir sessizlik

HELLINGER Ona, “Seni izliyorum” de.

ASTRID Seni izliyorum.

HELLINGER “Sevgiyle”

ASTRID Sevgiyle.

HELLINGER Tekrarla!

ASTRID Seni sevgiyle izliyorum.

HELLINGER Cümle doğru geliyor mu?

ASTRID Evet.

HELLINGER Bu, ölen kız kardeşe ne hissettiriyor?

EN KÜÇÜK ÇOCUK O kadar iyi değil.

HELLINGER Doğru.

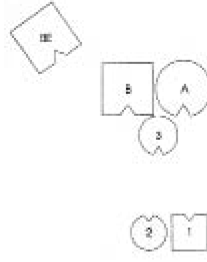
EN KÜÇÜK ÇOCUK Ona ihtiyacım yok.

HELLINGER Gruba Yanılsamanın sonu bu.

Astrid’e Şimdi kız kardeşini alıyor ve olması gereken yere götürüyorum.

Ölen kız kardeşin temsilcisine Ebeveyninin önünde yere otur ve sırtını onlara yasla!

5. Resim



HELLINGER Ana babaya Ellerinizle hafifçe başına dokunun. Her ikiniz de!

Ölen çocuk orada nasıl?

EN KÜÇÜK ÇOCUK Daha iyi.

HELLINGER Ana baba nasıl?

Her ikisi birbirlerine gülümseyerek başlarıyla onaylarlar.

HELLINGER Astrid’e Kız kardeşine “Sevgili Maria” de!

ASTRID Sevgili Maria!

HELLINGER “Senin yerin orası.”

ASTRID Senin yerin orası.

HELLINGER “Ve ben burada kalıyorum.” –Gözlerini aç!

ASTRID Ve ben burada kalıyorum.

Uzun bir sessizlik

HELLINGER Derin nefes al! Anneye bak ve ona –nasıl seslenirdin?

ASTRID Anneciğim.

HELLINGER Ona “Anneciğim!” de.

ASTRID Anneciğim!

HELLINGER “Ben burada kalıyorum.”

ASTRID Ben burada kalıyorum. Sarsılmış, ağlar.

HELLINGER Evet. Bak ona ve sevgiyle “Anneciğim!” de.

Astrid duraksar.

ASTRID Anneciğim! Hıçkırıklara boğulur.

HELLINGER “Ben burada kalıyorum.”

ASTRID Ben.. ben.. ben..

HELLINGER “Ben burada kalıyorum.”

ASTRID Ben burada kalıyorum.

HELLINGER Gayet sade bir şekilde tekrarla: “Anneciğim!”

ASTRID Anneciğim, ben burada kalıyorum

HELLINGER Şimdi babaya bak! Ona nasıl seslenirdin?

ASTRID Babacığım.

HELLINGER “Babacığım!” de.

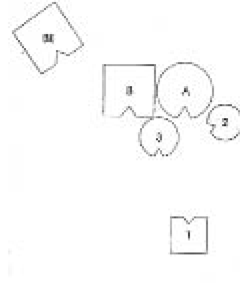
ASTRID Babacığım!

HELLINGER “Ben burada kalıyorum.”

ASTRID Ben burada kalıyorum.

HELLINGER Ona daha rahat söylüyorsun. Annene bir kez daha bak! –Seni alıp annenin yanına götürüyorum şimdi. Yanına geç. Tamam, öyle, iyice yanına!

6. Resim



HELLINGER Bak ona! Gözlerinin içine bak ve “Anneciğim!” de.

ASTRID Anneciğim!

HELLINGER “Ben kalıyorum.”

ASTRID Ben kalıyorum. Kararlı bir sesle söyler.

HELLINGER Tamam. Tekrarla!

ASTRID Anneciğim, ben kalıyorum.

HELLINGER Anneye Kollarını ona dola! Her ikisini de! Astrid’e “Anneciğim, ben kalıyorum” de.

ASTRID Anneciğim, ben kalıyorum. Yüksek sesle söyler.

HELLINGER İşte öyle. “Anneciğim, ben kalıyorum.”

ASTRID Anneciğim, ben kalıyorum. Hıçkırarak ağlar.

HELLINGER Nefes al! Derin nefes al! Nefes ver! Derin nefes alıp ver! Ağzını aç! Derin nefes alıp ver! Evet, işte öyle. Ve çok sakin bir şekilde tekrarla, “Anneciğim!”

ASTRID Anneciğim!

HELLINGER “Ben kalıyorum.”

ASTRID Ben kalıyorum.

HELLINGER Gruba Artık sesi çok sakin. Ancak şimdi oldu. Bütün gücü şimdi ortaya çıktı.

HELLINGER Astrid'e "Anneciğim, ben kalıyorum."

ASTRID Anneciğim, ben kalıyorum.

HELLINGER Başardın. Söylediğini yerine getirecek misin? Annenin gözlerine bak ve "Evet, yapacağım" de.

ASTRID Evet, yapacağım.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Hellinger onu yerine götürür. Yanında oturan bir kadın kolunu Astrid'in omzuna doladığında "Hayır, hayır, bu onun ruhunu rahatsız eder. Kendi içinde en emin ellerde o. Senin avutman yalnızca yoğunlaşmasını dağıtır" der.

HELLINGER Gruba Böyle bir çalışmanın ardından derin bir nefes almam gerekiyor. Ama sanıyorum hastalığa yol açan hangi güçlerin iş başında olduğunu ve iyileşmeye geçişin nasıl bir güç gerektirdiğini görebildik. Hastalığa yol açan aynı sevginin kişiyi hastalıktan çıkardığını da görebildik. Sevginin hedefi değişti şimdi. Kendisiyse aynı kaldı. –Bir şey söylemek ya da yeterince açık olmayan bir nokta hakkında soru sormak isteyen varsa şimdi sorabilir.

KATILIMCI Baba için çözümsüz kalan bir şey olmadı mı? O da ölümü arıyordu.

HELLINGER Bu çalışmanın önemli bir ilkesi, danışanın ihtiyaç duyduğundan fazlasını yapmamaktır. Daha fazlası gerekmiyordu onun için. Bu açıkça ortadaydı. Bu noktaya gelindiğinde çalışmayı keserim. Yoksa gücünü almış olurum. Çalışma tepe noktasında bitirilir. Ortaya çıkanlar sonradan ele alınmaz ya da "Şimdi nasılsın?" vb diye sorulmaz. Bunlar gücünü alır. Hissediyor musun bunu?

KATILIMCI Evet.

Dört ay sonra bu danışandan şu mektup geldi:

“…günlerdir, haftalardır size yaşamımdaki, karşılaşmamızın başlattığı değişiklikleri bildirmek gibi içten bir istek ile bunu yerine getirme konusundaki utangaçlık arasında gidip geliyorum.

En somut, elle tutulur ‘başarı’ üç yıldır kesintisiz süre giden bir dizi böbrek ve idrar yolları enfeksiyonunun birden ortadan kalkması oldu. Bu benim için ilk bakışta düşünülebileceğinden çok daha fazla bir anlam ifade ediyor. Bu enfeksiyonlar geçirdiğim böbrek naklini tehlikeye atmakla kalmıyor, zor ve ağır bir cerrahi müdahaleye de razı olmaya itiyordu. Sonucu da hayli kuşkuluydu üstelik bu müdahalenin.

Annemin karşısında başlangıçtaki direncini çoktan yitiren ‘Ben kalıyorum’ ifadesi, yaşamaya iznim olduğu inancını verdi bana. Ve bu inanç özgürleştirici.

Gün yüzüne çıkan ve ailemizde ağ gibi birbirine dolanmış ‘Seni izliyorum’ ve ‘Senin yerine ben’ kilitlenmeleri, en azından ölmüş kız kardeşimle ilişki çerçevesinde açık bir çözüme kavuştu, baskısı kayboldu. Birden, neredeyse bir ömür boyu sürmüş olan ‘hastalık kariyerime’ ve tırmanan semptomlara son verme özgürlüğüne kavuştum. Süre giden dolaylı intihar çabası, itici gücü ve geçerliğini yitirdi…”

Dizim: Anne engelli çocuğunu ölümünde izler

HELLINGER Bruno'ya Üzerinde çalışmak istediğin konu nedir?

BRUNO Kendimi eli kolu bağlı hissediyor, nereye doğru hareket edebileceğimi bilemiyorum.

Annem dört yıl önce, babamla dağlara yaptıkları bir gezi sırasında öldü.

HELLINGER Kaza mıydı? Dağ kazası?

BRUNO Ayağı kaymış. Bunun ardından babamdan –bütün bu olup biten de onunla ilişkili- aslında çoktan bilmem gereken bir şey öğrendim; babamın uzun süre evlilik dışı bir ilişkisi olmuş. Birlikte olduğu kadın da vaktiyle aynı yerde çalışırmış.

HELLINGER Bunu sana anlatmamalıydı. Böyle bir şey çocukları ilgilendirmez. Sistemde daha üst bir düzleme, ana baba düzlemine aittir. Bunun altında yer alan düzlemdekilerin, yani çocukların bu konuları öğrenmeye izin yoktur. Bundan ötürü terapi sırasında ebeveynin sırlarını korurum. Ayrıca edindiğin bilgi senin için bir önem de taşımıyor. Ailede daha önce ölen biri var mı?

BRUNO Kız kardeşim ölmüştü.

HELLINGER Kaç yaşındaydı?

BRUNO On sekiz. Ben ondan iki yaş büyüğüm. Down sendromluydu.

HELLINGER Down sendromlu mu? İşte bu önemli bir bilgi. Bir ailede engelli bir çocuk varsa sağlıklı olanlar kendilerini hak etmedikleri bir avantaja sahip hissederler. Bunda onların yapabileceği bir şey yoktur, kendi suçları olmayan bir dezavantajı olanların da yapabileceği bir şey olmaması gibi. Çoğu zaman sağlıklı kardeşler kendi kendilerine sınırlar getirirler. Çünkü sakat bir kardeş karşısında hayatlarını kendi yaşamları olarak almaya cesaret edemezler. Burada ise öncelikle seni harekete geçireni bulmak gerek.

Gruba Böyle bir bağlamı araştırdığımızda kimsenin kötü olmadığını görüyoruz. Alınyazısı bu. Suçsuzluk ve suçun ötesindeki güçler burada iş başında. O nedenle de suçlu aramıyor, gözümüzü bu güçlere çeviriyor ve onlarla uyum içinde çözümü arıyoruz.

Bruno'ya Ailede başka önemli bir şey yaşandı mı? Kaç kardeştiniz?

BRUNO Sadece ikimiz.

HELLINGER Sadece ikiniz mi? O zaman doğal olarak daha da yoğunlaşıyor durum. Ebeveyninden biri önceden bir evlilik ya da ciddi bir ilişki geçirmiş mi?

BRUNO Hayır.

HELLINGER Kız kardeşinin sakatlığından ötürü ana baban arasında suçlamalar oldu mu? Biri diğerini bundan ötürü suçladı mı?

BRUNO Annem nispeten yaşlıydı.

HELLINGER Kaç yaşındaydı?

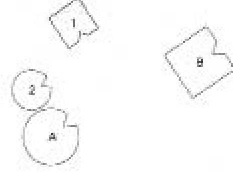
BRUNO Kırk.

HELLINGER Kırk mı? Baban anneni ya da annen babanı bundan ötürü suçluyor muydu? Senin izlenimin nedir?

BRUNO Babam değil ama annemin kendisini suçlu hissettiğini ve bir neden aradığını sanıyorum.

HELLINGER Bu kadarı yeterli. Şimdi köken aileni dizelim ve yalnızca babanı, anneni, seni ve kız kardeşini alalım.

1. Resim



B Baba

A Anne, kazada ölmüş

1 İlk çocuk, oğul (=Bruno)

2 İkinci çocuk, kız, Down sendromlu, on sekiz yaşında ölmüş

HELLINGER Baba nasıl? Ne hissediyor?

BABA Ağırlık biraz.

HELLINGER Ağırlık mı? Biraz açabilir misin?

BABA Arkam aileme dönük, bu da oldukça nahoş bir duygu.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Çok sıkıntılı. Ne eş ne de oğulla bir ilişki kurma şansım var. Sanki bunun hiçbir yolu yokmuş gibi hissediyorum.

HELLINGER Evet, doğru.

Bruno'nun temsilcisine Oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Kendimi bölünmüş hissediyorum. Kız kardeşim annemi elimden alıyor.

HELLINGER Gruba Dikkatinizi çekmek istediğim bir şey var. Bazı kişiler durdukları yerden resme bakarak ne hissetmeleri gerektiği sonucunu çıkarır. Kız kardeş üzerine söylediği işte böyle bir çıkarsama.

HELLINGER Bruno'nun temsilcisine Kendi içine yoğunlaşarak gördüğün resimden bağımsız olarak o an yaşadıklarını hissedersen daha iyi olur.

İLK ÇOCUK Kendimi bölünmüş hissediyorum.

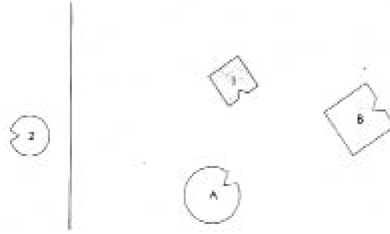
HELLINGER Kız kardeş nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Kendimi çok rahatsız, sıkışmış ve çok bağımlı hissediyorum.

HELLINGER Dışarı çık ve kapıyı arkandan kapa bir bakalım.

Gruba Birisinin dışarı çıkması ölmesi ya da kendini öldürmesi anlamına gelir. Bu durumda kız kardeşin ölmesi demek.

2. Resim



HELLINGER Annede ne değişti? Daha mı iyi oldu, daha mı kötü?

ANNE Kendimi daha kötü hissediyorum. Çok yalnız.

HELLINGER Baba nasıl? Daha mı iyi, daha mı kötü?

BABA Daha kötü.

HELLINGER Erkek kardeş? Daha mı iyi, daha mı kötü?

İLK ÇOCUK İkisi birden. Bir yandan anneyi daha iyi görebiliyorum. Bu da rahatlatıcı…

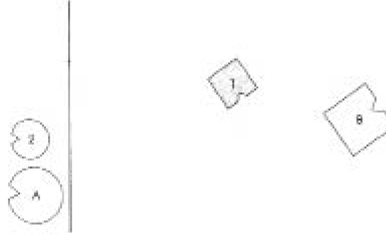
HELLINGER Gruba Birisi öldüğünde kişinin kendini rahatlamış hissettiğini dile getirmesi çok zor bir şeydir. Oysa sıklıkla olan budur. “Bir yandan, öte yandan” diyorsa benim için bunun anlamı, rahatlamış olduğudur.

İLK ÇOCUK Evet.

HELLINGER Gerçek bu. Böyle ve kötü bir yanı yok. İnsan bu nedenle kötü biri haline gelmez.

Anneye Şimdi sen dışarı çık! Ölen sensin şimdi. Dışarı çık ve kapıyı arkandan kapa!

3. Resim



HELLINGER Baba şimdi nasıl?

BABA Berbat.

HELLINGER Gruba İzleniminiz ne? Söylediği doğru mu?

Babanın temsilcisi güler.

HELLINGER Hah! Görüyor musunuz? İşte bu yasak duygu. Kendini daha iyi hissediyor. Bu böyle. Bu ailede hiç şansı yoktu. Bu durumda kendine bir kız arkadaş aramaktan başka ne yapabilirdi? Onu suçlayabilir misiniz? Suçlanamaz.

Oğla Sen şimdi nasılsın?

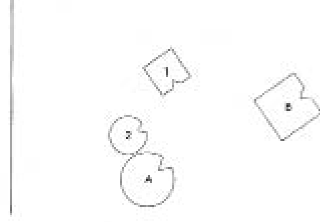
İLK ÇOCUK Kötü. Kendimi yalnız hissediyorum.

HELLINGER Şimdi kendini yalnız hissediyorsun.

Gruba Burada gördüğümüz iyi bir çözüm değil doğal olarak. Ancak sistemin aradığı çözüm bu. Şimdi bir bakalım, daha iyi bir çözüm bulabilir miyiz.

HELLINGER dışarıdaki kız ve anneye İçeri girebilirsiniz artık. Yerlerinizi alın.

4. Resim



HELLINGER kıza Dışarıda kendini nasıl hissettin? Daha mı iyi, daha mı kötü?

İKİNCİ ÇOCUK Önce derin bir nefes almam gerekti, ardından kendimi daha iyi hissettim.

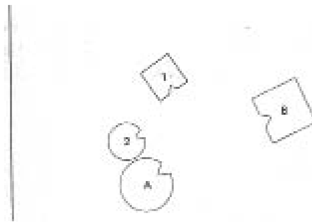
HELLINGER anneye Ya sen dışarıda nasıldın? Daha mı iyi, daha mı kötü?

ANNE Daha iyi. Onunla karşılaştığıma mutlu oldum.

Anne ile kız gülerler.

HELLINGER Bruno'ya Onunla karşılaştığı için mutlu oldu. Annenin ölümünün ardındaki dinamiği görüyor musun? Kızının peşinden gitti. Saygıdeğer bir dinamik ama hiç de iyi değil.

5. Resim



HELLINGER Babaya Şimdi nasılsın?

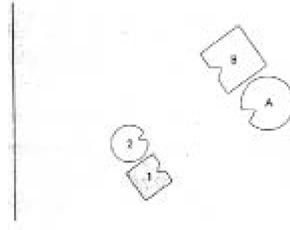
BABA Daha iyi

HELLINGER Bruno'ya Ebeveynin bu kızın doğumuyla ilişkilerinden vazgeçmiş. Kimden kaynaklanmış bu? Hangisi pes etmiş?

BRUNO Annem.

HELLINGER İlişkiden anne vazgeçmiş. Bundan ötürü değişimin anahtarı da ondaydı. Şimdi onu babanın, kocanın yanına yerleştirelim, bakalım ne olacak.

6. Resim



HELLINGER babaya Böyle nasıl? Nasılsın?

BABA Aslında çok iyi. Evet.

HELLINGER kıza Sen nasılsın? Daha mı iyi, daha mı kötü?

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi. Etrafımda yaşama sevinci var, nefes alabiliyorum.

HELLINGER Gruba Tuhaf. Tam da şimdi, ebeveyn bir çift olduğu ve çocuklarla o kadar da fazla ilgilenmediklerinde çocuklar, özellikle de sakat olan, kendilerini daha iyi hissediyor.

Oğla Sen nasılsın?

İLK ÇOCUK İyiyim.

HELLINGER Kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Ben de iyiyim.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Çok rahatladım.

HELLINGER Doğru. Çözüm bu olacaktı. Ancak annenin ve babanın görmediği, bu çocuğu dünyaya getirirken taşıdığı riskin bilincinde olduklarıydı. Ama bu edimin taşıdığı değerin arkasında durmadılar. Aksi takdirde kızlarının sakat oluşunun da arkasında dururlardı. İlişkilerinden vazgeçmek yerine birlikteliklerini sürdürselerdi, kızları belki hâlâ hayatta olurdu. Her durumda daha iyi hissederdi kendisini.

Bruno'ya Ana babanı böyle birlikte gördüğünde onlardan yaşamını da alabilirsin. Bunun nasıl olduğunu hissetmek için kendi yerine geç.

Bruno dizimdeki yerini aldığında Kız kardeşine bak şimdi. Bak ve şunu söyle; "Sevgili kardeşim! Ben senin ağabeyinim." Söyle bunu ona! Adı neydi?

BRUNO Maria.

HELLINGER Sevgili Maria, ben senin ağabeyinim.

BRUNO Sevgili, Maria, ben senin ağabeyinim.

İKİNCİ ÇOCUK Seni seviyorum.

HELLINGER Bruno'ya "Kaderine saygı duyuyorum" de ona.

BRUNO Kaderine saygı duyuyorum.

HELLINGER "Ve kaderin ne olursa olsun arkandayım."

BRUNO Ve kaderin ne olursa olsun arkandayım.

HELLINGER "Kendi kaderimin de arkasındayım."

BRUNO Kendi kaderimin de arkasındayım.

HELLINGER Şimdi seninle bir alıştırma daha yapacağım, zor ama iyileştirici bir alıştırma. Kız kardeşin ve sen, biraz ilerleyin, biraz daha

yaklaşın birbirinize ve ana baba önünde eğilin. Duygunuzu izleyerek. Sevgiyle! Ebeveyn ve sizin için üstlendikleri şey önünde eğilin! Eğilin!

Eğilirler. Bruno ağlamaya başlar.

HELLINGER Bruno'ya İşte iyileştirici duygu bu. Evet. "Sevgili baba, sevgili anne" de onlara ya da küçükken nasıl sesleniyordu isen öyle seslen. Derin nefes al! Çocukken ne derdin onlara?

BRUNO Babacığım.

HELLINGER "Seni onurlandırıyorum." Böyle söyle!

BRUNO Seni onurlandırıyorum.

HELLINGER "Sevgili anne" ya da nasıl seslenirdin, öyle söyle.

BRUNO Anneciğim.

HELLINGER "Anneciğim!"

BRUNO Anneciğim!

HELLINGER "Seni onurlandırıyorum."

BRUNO Seni onurlandırıyorum.

HELLINGER Doğrul şimdi ve onlara bak, dosdoğru gözlerine bak; annenin ve babanın gözlerine.

ana babaya Bu size kendinizi nasıl hissettiriyor?

Her ikisi de başlarıyla onaylar.

HELLINGER Evet. Artık onurunuzun arkasında olabilirsiniz.

Bruno'ya Sen de artık onuruna sahip çıkabilirsin. Baba olarak kendi çocukların karşısında da onuruna sahip çıkabilirsin. –Tamam, bu kadar.

Gruba Gördüğünüz gibi, burada yaptığımız, bütün katılımcılara saygı ile derin bir saygı içeren bir çalışma. Ve her zaman çözüme yönelik. Geçmişi gereksiz bir şekilde karıştırmaya değil, kişiye yaşamı için güç verecek ve etkisini güncel ailesinde gösterecek bir çözüme yönelik.

KATILIMCI Ben hâlâ senin Bruno’nun neden ayrıntılı bir şekilde anlatmasına izin vermediğini, bunun yerine çalışmayı bariz bir şekilde yapılandırdığını düşünüyorum. Senin için onun köken ailesiyle çalışacağın çok mu açıktı?

HELLINGER Hayır. Kilitlenmiş olduğu herhangi bir şey olup olmadığına baktım. Down sendromlu kız kardeşten söz ettiğinde onun bu olduğunu açıkça gördüm.

Ailede sakat bir çocuğun olması her zaman anlamlıdır. Bu, engelli kardeşin erken ölümüyle daha sonra annesinin bir kazada ölümünden bahsettiğinde daha da güçlendi. Bunlar benim için önemli bilgilerdi, çalışmayı onlarla yaptım. Başka bir şey olmuş olsaydı daha sonra onu ortaya çıkarırdık. Ben işe dikkat çekici olanla başlarım, bunlar da her zaman vakalardır. Anne ölmüş, bu bir vaka. Kız kardeş ölmüş. Bu da bir vaka. Down sendromluymuş. O da öyle, bir vaka. Çözüm için daha fazlasını bilmeye gerek yoktur.

Çözüm aramak yerine, yardım arayanın her şeyi anlatmasına izin verdiğinde terapistin kafası karışır. Vakaların etkisine açılırsanız bunların içerdiği gücü anında hissedebilirsiniz. Sorulması gereken yalnızca, bunda güç olup olmadığıdır. Bruno bu vakaları andığında bunların güç ve enerji dolu olduğunu herkes hissedebildi. Ben bu güçle çalışıyorum.

KIZ KARDEŞİN TEMSİLCİSİ Bu çalışmanın yoğunluğunun etkisi altındayım hâlâ.

HELLINGER Sen de katıldın, etkisini nasıl gösterdiğini dolaysızca yaşadın. Kişinin kendisini bir konumdan diğerine nasıl farklı hissettiğini. Bu çalışmalarda bireyler yabancı bir alınyazısı, yabancı bir duyguya katılır. Bunun nasıl olduğunuysa bilmiyoruz. Bir düşünün; eğer biz bunu yapabiliyorsak, bir çocuk ailesindeki başka duygular ve alınyazılarına ne kadar daha fazla bağlı olacaktır.

BAŞKA BİR KATILIMCI Önemli şeyleri toplayıp zihninin önemsiz olanlarla karışmasına izin vermemeni böylesine bir güvenle sağlaman beni şaşırtıyor.

HELLINGER Bunun nasıl öğrenildiğini sana söyleyebilirim.

KATILIMCI Öğrenmek isterim.

HELLINGER O zamana dek öğrendiklerini unutursun. Bu ilk adımdır. Ardından bütün katılımcılara sevgi ve saygıyla bakarsın. Yani Bruno, annesi ve kız kardeşine sevgi ve saygıyla. Bunlar baş kişilerdi. Sonra bir çözümün ortaya çıkıp çıkmadığını görmek için beklersin. Bu temel tavır benimsendiğinde çözümün nerde olduğu çoğunlukla oldukça çabuk ortaya çıkar. Elbette bazı teknikler de öğrenilebilir. Örneğin böyle bir sistemde birisi öldüğünde olanları görmek için bir sınama yapmak önemlidir. Bunu sınamak için ölen kişiler kapıdan dışarı çıkarılır. Bireylerin ölümü bu ailenin başvurduğu çözümdü. Ama iyi bir çözüm değildi bu. O nedenle başka, daha iyi bir çözüm aranır.

Bruno bize ailesinin çözüm denemesini gösterdi. Ailesindeki ilişkilere ilişkin içsel bir resim taşıyordu. Ailenin çözüm denemesi iyilik getirmedi ve kız kardeşiyle annesinin ölümlerine neden oldu. Bruno içsel resmini dışa vurdu ve bunu görebildik. Resim bir kez dışa vurduğunda daha iyi bir çözüme doğru değiştirilebilir. Bu çözümün Bruno’nun yaşamında etkili olması için ailesinde hiçbir şeyin değişmesi gerekmez. Babasının değişmesi, burada yaşananları öğrenmesi gerekmez. Ölmüşlerse ölü olarak kalır. Bruno’ya gelince, bu farklı, daha iyi resmi sevgiyle ruhuna alabilir; o zaman bu resim onun iyiliğine çalışacaktır.

Bruno’ya Bu yeni içsel resminle eve gittiğinde çocuklarının yüzü ışıyacak. Burada işte böyle oluyor bu çalışma; son derece yalın ve asıl önemli olana yakın.

KATILIMCI Uygulama düzleminde şöyle bir sorum var benim; Bruno sana özel olarak gelseydi, hemen ilk saatte böyle mi çalışırdın? Yanıt evet ise ona başka seanslar da önerir miydin?

HELLINGER Evet, hemen ilk seansta böyle çalışır ama başka seans önermezdim. Bruno için gereken her şeyin bu seansta ortaya çıktığını gördünüz. Ancak gözetmesi gereken bir şey daha var –bunu da ona ara verdiğimiz sırada söyledim. Sistemin dinamiği açısından kızının kız kardeşini taklit ettiği, yani kızının, şimdiye dek bütünüyle onurlandırılmadığı için kız kardeşinin alınyazısına kilitlendiği tahmin edilebilir. Bruno evine gittiğinde, sakat kız kardeşinin bütünüyle onurlandırmasından ötürü ailesi ve kızında neyin değiştiğini görebilir. Tek başına Bruno'nun artık sevgiyle kız kardeşinin yanında olmasıyla bile kızı kendisini daha iyi hissetmekte.

Terapi süreci balistik bir eğriyi andırır. Başlangıçta enerji hızla tepe noktasına yükselir, sonra yeniden düşer. Sürece de tam burada, tepe noktasında son verilir. Bu noktayı aşan her şey gücü düşürecektir. O zaman da enerji eylemden çok bilgiye gider.

KATILIMCI Yani daha ilk seansta böyle çalışırdın, öyle mi?

HELLINGER Evet. Ve Bruno ile ilave bir şey yapmazdım. Elbette Bruno'nun ve ebeveyninin güçlerine de güveniyorum. Ebeveyninin gücünü Bruno artık alıyor. Artık en iyi ellerde; babasının, annesinin, kız kardeşinin ellerinde. Bunlardan daha iyi eller yok. Onu bu ellere bırakır bırakmaz ben geri çekilirim.

Eski Çin'de Laotse diye biri varmış. Tao te king diye bir kitapçık yazmış. Oradaki bir cümle, bir yardımcının sloganı olabilirdi: "Göreve çağrılan da, iş bitirildiğinde takılıp kalmaz orada." Ben bunu bir terapist olarak da yapıyorum. Ardıl görüşme ya da yeniden-analiz diye bir şey yok. Bittiğinde bitiyor.

BABANIN TEMSİLCİSİ Benim için bu dizim özellikle de sonlarında oldukça yorucuydu.

HELLINGER Değinmek istediğim önemli bir nokta var.

Birincisi, böyle bir aile diziminde yer almak, dizimi yapana yönelik bir hizmettir. Bunu bu şekilde yaptın. Ona karşı sevgiyle yaptın, yorucu olmuş bile olsa.

İkincisi, dizimde yer aldığında yabancı duygular hissedersin. Dizim sırasında hissettiklerini üstüne almaman gerek. Bu çok önemli. Dolayısıyla, “Şimdi bunu hissettiysem benim içimde neler olup bitiyor” dememelisin. Yoksa iş çılgınca bir yere varır. Bu nedenle dizimden sonra kendi yaşamına geri dönmek zorundasın.

Son bir nokta olarak; yorucu olan neydi? Bruno’nun senin önünde eğilmesi mi?

BABANIN TEMSİLCİSİ Evet, galiba.

HELLINGER Bunun sana neden yorucu geldiğine dair bir yorum yapacak olursam, şunu söyleyebilirim. Kimi zaman kişinin kendisine yönelik bir onurlandırmayı alması zor gelir. Sözgelimi bu roldeyken oğluna gidip senin önünde eğilirken onu doğrultacak olsaydın bu bir tür kısa devre olurdu. Zamanından çok önce sona ermiş olurdu bu hareketi. Seni onurlandırmasına izin vermek zorundasın. Sevgi aranızda ancak bundan sonra yeniden akabilir.

Bruno’ya Temsilcinin duygularından babanın onurlandırmayı zorlukla kabul edebildiğini okuyabiliyorum. Öyle mi?

Bruno başıyla onaylar.

HELLINGER Babanın temsilcisi bunu hissetti.

Babanın temsilcisine Yine de buna dayanmak senin için iyi bir egzersizdi. Kulağa tuhaf gelse de hakkın olan onurlandırmayı almak ve çocuğuna baba olarak hak ettiğin gibi seni onurlandırma iznini vermek alçak gönüllülüktür. Çünkü burada babalık ile söz konusu olan kişisel bir hak değil, bir edimdir. Baba, iyi ya da kötü birisi olduğu için değil, içerdiği bütün riski göğüsleyerek bu edimi yerine getirmiş olduğu için baba olmuştur. Ben buna onurlandırma ile yaklaşırım.

KATILIMCI KADIN Ben başlangıçta problemin ne olduğu sorusunun sorulmasını beklemiştim. Problem nedir diye sorulmasını. Bunun hiç de gerekmemesi beni şaşırttı.

HELLINGER Sana bir sır vereyim. Sezgi ancak çözüme baktığımda işini görür. Gözlerini soruna çevirenin bakışı son derece daralır ve takılıp kalır. Çözüme bakan ise bütünü ve zamanı geldiğinde çözümü görür. Ve zaman yitirmeden ona göz kırpan çözüme yönelir. Bunun dışındaki her şeyi unutabilir, çünkü ihtiyacı kalmamıştır artık. Oldu mu?

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Engelli kız çocuğun dünyaya gelişi ile ebeveynin evlilik ilişkisinin sona erişi, kadının sözde suçunun kefareti olarak ilişkiyi kurban etmesi beni çok etkiledi. Kendimi düşündüm, böyle bir şeyi benim yapıp yapmayacağımı. Yoksa bir varsayım mı bu? Ama dizim bunun böyle olduğunu doğruladı.

HELLINGER Olan görüldü, sorulara gerek yok. Kadınla erkek arasında hiçbir ilişki yoktu, bu da kızın doğumuyla bağlantılıydı. Anne bunu ne kadar ele almış olursa olsun başka türlüsünü yapamamış. Gereksindiği yardımı ve bir riski göze alışından, ardından da tüm sonuçlarını taşımasından ötürü takdir bulamamış.

KATILIMCI KADIN Bu beni çok etkiledi.

Dizim: Babanın önünde derinden eğilmektense ölmek

HELLINGER Kalan zamanı değerlendirelim. Bir kişiyi daha alalım, gerçekten hasta olan birini. En fazla bu şekilde öğrendiğimiz için en fazla yardımı dokunan da budur.

HERMANN Ben gelmek istiyorum. İlik kanseriyim.

HELLINGER O halde seni alıyorum, çünkü burada akut bir durum söz konusu. Yanıma otur. Ne zamandır hastasın?

HERMANN Bir yıldan beri.

HELLINGER Bu süre boyunca nasıl bir tedavi gördün?

HERMANN Kemoterapi. Ardından çeşitli psikoterapi gruplarına katıldım.

HELLINGER Evli misin?

HERMANN Evet.

HELLINGER Çocuğun var mı?

HERMANN Hayır.

HELLINGER Çocuk istememenizin özel bir nedeni var mı?

HERMANN İstedik ama olmadı.

HELLINGER Köken ailende özel bir yaşantı var mı?

HERMANN Tek aklıma gelen, babamın erkek kardeşleriyle ilişkisinin çok kötü olduğu. Aynı yerde çalışıyorlardı, ayrıldılar, bir daha da hiç görüşmediler.

HELLINGER Babanın babası ne olmuş?

HERMANN Onu hiç tanımadım. Babam da pek söz etmez. Bilinmedik bir konu benim için.

HELLINGER Babanın ondan hiç söz etmemesi tuhaf. Köken sistemini diziyoruz şimdi: Babanı, anneni, sen ve kardeşlerini. Kaç kardeşin var?

HERMANN Benden küçük bir kız kardeşim.

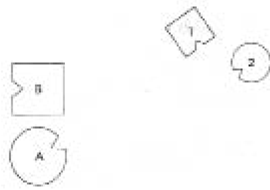
HELLINGER Ebeveyninden biri daha önceden evlilik ya da ciddi bir ilişki yaşamış mı?

HERMANN Bildiğim bir şey yok. Sanmıyorum.

HELLINGER Ölen ya da ölü doğan bir çocuk?

HERMANN Hayır, olmadı.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğlan (=Hermann)

2 İkinci çocuk, kız

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Eh, hayatta olduğum söylenebilir.

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Nasılsın?

BABA Çok bağsız, çok… hıçkırır.

HELLINGER gruba Gitmek zorunda. Bunu görüyor musunuz? Gitmek zorunda. Soru, kimi izlemek durumunda olduğu? –Anne nasıl?

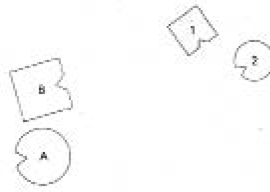
ANNE Böyle harika çocuklarım olması çok heyecanlandırıyor beni ama biraz uzağım onlardan. Kocam kalabilir de, gidebilir de.

HELLINGER gruba Sevgi değil bu, farkında mısınız? Böyle bir şey olduğunda benim tahminim daha çok, annenin gitmek zorunda olduğu, babanınsa bunu onun için yaptığıdır. Buna çok sık rastlanır: Aslında kadın gitmek zorundadır, erkek onun yerine gider. Buna da sevgi filan denir. Değil mi? Kadının yüz ifadesini görüyor musunuz? Kötü biri. Erkek gittiğinde zafer kazanmış olacak. Gizleyemiyor bunu. –Temsilcisi elbette iyi bir kadın ve bunlarla hiçbir ilgisi yok. Ama burada kötü birini temsil ediyor. Böyle bir dizimde, yaşananlara kendini bırakmışsa bunu yönlendiremez de.

BABA Peki nasıl oluyor da ben hiçbir şey hissetmiyorum?

HELLINGER Senin yüzünü, kadınınsa sırtını aileye çevirelim, bakalım nasıl olacak.

2. Resim



BABA kadına Ters dönelim (erkeğin sırtı, kadının yüzü aileye çevrili olacak şekilde).

HELLINGER Ciddiyetini koru, yoksa Hermann için dizimi doğru yapamayız. –Böylesi çocuklar için nasıl?

İLK ÇOCUK Arkasını yeniden dönmesine karşı çıkarım.

HELLINGER Doğru. –Kız nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Başlangıçta asıl çifti erkek kardeşimle benim oluşturduğumuz duygusu vardı içimde.

HELLINGER Kadın şimdi nasıl? Daha mı iyi, daha mı kötü?

ANNE Henüz dışlanmak istemiyorum. Çocuklarımla birlikte olmak ve yüzümü dönmek istiyorum.

HELLINGER Az önce nereye bakıyordun?

ANNE Erkek tarafına.

HELLINGER Hayır, hayır! Kimdi karşındaki? Kim o? Neye bakıyorsun?

ANNE Kendi hayatıma, kendi öyküme.

HELLINGER Lafı güzaf!

HELLINGER Hermann'a Gitmek isterken annenin baktığı kim? Kimi izliyor?

HERMANN Kız kardeşi üç yıl önce öldü, ama…

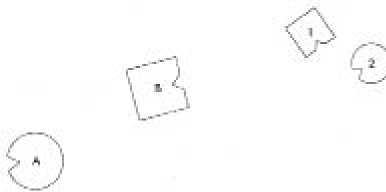
HELLINGER Hayır bu yeterli değil.

HERMANN Birkaç yıl önce annesi öldü.

HELLINGER Hayır, ağır bir şey olmalı.

Hellinger anneyi aileden uzaklaştırır.

3. Resim



HELLINGER Orada olmak nasıl senin için? Daha mı iyi, daha mı kötü?

ANNE Daha iyi.

HELLINGER Doğru. Gerçek bu. –Erkek şimdi nasıl?

BABA Yüzümü aileye çevirdiğimde birden bir ağırlık ve acı hissettim.

HELLINGER Çocukların karşısına geç, çocuklar da babayla karşı karşıya dursun.

4. Resim



HELLINGER Hermann’a Resmin içinde kendi yerini al artık. –Nasıl senin için?

HERMANN Alışılmadık geldi. Son derece alışılmadık.

HELLINGER Babanın soluna geç ve yüzüne bak –sevgiyle. Başını çevir ve bak ona. Babana nasıl seslenirdin?

HERMANN Babacığım.

HELLINGER “Sevgili babacığım!” de.

HERMANN Sevgili babacığım!

HELLINGER “Lütfen kal!”

HERMANN Lütfen kal!

HELLINGER “Ve seninle kaldığımda beni kutsa.”

HERMANN Seninle kaldığımda beni kutsa.

Uzun bir sessizlik olur.

HELLINGER Doğru cümle ne olurdu?

HERMANN Öfkeli olduğum.

HELLINGER Ona “Bunu senin için yapıyorum” de.

HERMANN Bunu senin için yapıyorum.

HELLINGER Yüksek sesle.

HERMANN Bunu senin için yapıyorum. Cümleyi öfkeyle söyler.

HELLINGER Daha yüksek.

HERMANN Bunu senin için yapıyorum.

Uzun bir sessizlik.

HELLINGER gruba Ölecek. Kilitlenmeden çıkmıyor.

Hermann’a Öfken senin için daha önemli. –Babana ne yaptın?

HERMANN Dik başlı bir ifadeyle Bilmiyorum.

HELLINGER Bir şey yaptın mı ona?

HERMANN Bildiğim kadarıyla hayır.

HELLINGER Hor gördün mü?

HERMANN Kararlı bir sesle Evet.

HELLINGER İşte bu.

HERMANN O beni…

HELLINGER Babanın ne yapmış olduğunun burada hiçbir önemi yok. Belirleyici olan, senin yaptığın. –Kız kardeşinin yanına dön.

Gruba Burada yapılması gereken, diz çökerek babasının önünde eğilmesi olurdu. Bunu başaramıyor. Eğilmektense ölmeyi yeğliyor.

Hermann'a Doğru mu?

HERMANN Hayır!

HELLINGER Yapmak istiyor musun?

HERMANN Denemek istiyorum.

HELLINGER Denemek değil! Yapmak istiyor musun?

HERMANN Kararlı bir sesle Evet.

HELLINGER Güzel, o halde seninle birlikte yaparak sana yardım edeceğim. –Diz çök, iyice eğil, iyice, ellerini ileriye doğru uzat, içleri yukarı baksın. Tamam! Derin nefes al! "Babacığım!" de.

HERMANN Babacığım!

HELLINGER "Seni onurlandırıyorum."

HERMANN Seni onurlandırıyorum.

HELLINGER Gayet sakin bir şekilde tekrarla.

HERMANN Babacığım, seni onurlandırıyorum.

HELLINGER Tamam. Cümle bu. Derin nefes al. "Babacığım!"

HERMANN Babacığım!

HELLINGER "Seni onurlandırıyorum."

HERMANN Seni onurlandırıyorum.

HELLINGER “Seni babam olarak sayıyorum”…

HERMANN Seni babam olarak sayıyorum…

HELLINGER “…Ve bana oğlun olarak sahip olabilirsin.”

HERMANN …ve bana oğlun olarak sahip olabilirsin.

HELLINGER “Seni onurlandırıyorum.”

HERMANN Seni onurlandırıyorum.

HELLINGER Biraz daha böyle kal, çok sakin bir şekilde, derin nefes alıp ver. Gayet gevşek ol! İşte böyle! Sonra, senin için doğru olduğunu hissettiğin an kalk ve yerine dön.

Uzun bir sessizliğin ardından Kız kardeşinin yanına dön şimdi ve babana bak. Başını hafifçe eğ, saygı ifadesi alır gibi, sonra yeniden doğrul. Babaya nasıl geliyor bu?

BABA Bunun olduğuna inanmakta güçlük çekiyorum, yani…

HELLINGER İnanmakta güçlük çektiğin ne? Seni gerçekten onurlandırması mı?

BABA Evet.

HELLINGER Evet, olabilir.

Gruba Burada hile olmaz. Fark ediyor musunuz? Hile yapılamaz burada. – Kansere ilişkin varsayımım, çoğu kanser hastasının ebeveynleri, anne ya da babaları önünde eğilmektense ölmeyi yeğlediği yolunda. Ölmeyi yeğliyorlar! Bu nedenle de çoğu bu şekilde dikleniyor. Eğilmek yerine dik bir başla yürüyorlar.

Hermann’a Babana bak bir kez daha ve “Lütfen” de.

HERMANN Lütfen.

HELLINGER “Bana biraz daha zaman ver.”

HERMANN Bana biraz daha zaman ver.

HELLINGER “Lütfen…”

HERMANN Lütfen…

HELLINGER “…bana biraz daha zaman ver.”

HERMANN …bana biraz daha zaman ver.

HELLINGER Şimdi ruhuna bırak kendini.

Gruba Babaya yönelemiyor henüz. Onu kucaklayamazdı da. Rol yapmak olurdu ki bu da olmaz.

HELLINGER Hermann’a Tamam, böylece bırakıyorum. Ben de senin ruhuna güveniyorum. Güvenebilir miyim?

HERMANN Evet. Gülümser.

HELLINGER Hayır. Gülümsemen bana güvenemeyeceğimi söylüyor.

HERMANN Güvenebilirsin!

HELLINGER Bak, seninle tartışmak değil, yardım etmek istiyorum. Bundan ötürü de her işareti ciddiye alıyorum. Yoksa seninle oyun oynarım, bu da kötü olur. Böyle bir hastalıkta oyunun yeri yoktur. –Tamam, bu kadar.

HERMANN Teşekkür ederim.

HELLINGER Gruba Dehşet üzerine söylemek istediğim bir şey var. Dehşet taşıyıcıdır. Ancak onunla uyum içinde olan ve ona rıza gösteren bu dünyayla uyum içindedir. Kimi zaman, kendisiyle uyum içinde olana sevginin getirebileceğinden çok daha fazla iyilik getirir. Bundan ötürü terapist kötü olanla da uyum içindedir ve bu her ne ise ona rıza gösterir. Hermann böyle kalıp ölecek olursa ona rıza gösterebilirim. Korkutucu olanla da uyum içindeyimdir. Ve kötüyle uyum içinde olduğumdan ben onu,

o da beni ciddiye alabilir. Hastalığını da ciddiye alabilir. Ancak o zaman bir kararla karşı karşıyadır. Daha önce değil!

KATILIMCI Böyle bir çalışma nasıl sürdürülebilirdi?

HELLINGER Sürdürülemez. Hepsi buydu!

KATILIMCI Demek istediğim, belki gelecek hafta ya da…

HELLINGER Hayır. Hepsi buydu. Yapılması gerekeni anladı. Bu noktadan sonra devam etmeyi istemek, az önce yapılmış olanı gülünç bir hale getirirdi. Yapılabilecek olan burada yapılandan ibaret.

KATILIMCI KADIN Babanın değil de annenin söz konusu olduğu fikrine nasıl vardınız? Başlangıçta durum tersiydi.

HELLINGER Yüzünden okudum, ardından da sınadım. Aslında geçmişte de böyle bir şeyin olduğunu deneyimlemiştim. Burada da bunun böyle olduğu görüldü.

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Böyle bir dizimde insanların kendileriyle hiçbir ilgisi olmayan şeyler hissedebilmesi olgusunu nasıl açıklıyorsunuz?

HELLINGER Ben kendime hiçbir şeyin açıklamasını yapmıyorum. Bunun böyle olduğunu, böyle geliştiğini, sınanabileceğini, bir aile dizimine temsilci olarak katılanların bu ailede olup biteni gerçekten algılayabileceklerini görüyorum ve bu, çalışmam için bana yeterli. –Pekâlâ, ara vermeden önce bir vaka daha alalım mı?

ÇOĞU KATILIMCI Evet.

Dizim: Çocuk felci ve güç bir hamilelik ile doğumun geç sonuçları

HELLINGER Christa, seninle devam edelim. Gelir misin?

Christa’nın kocası Max’a Yanına otur ve sen de katıl.

Christa’ya Hastalığın nedir?

CHRISTA Enerjim akıp gidiyor, olasılıkla çocuk felcim yüzünden. On dört yıldır çektiğim ses telleri felcinden ötürü yüksek sesle konuşamıyorum. Bunun da çocuk felcine bağlı olduğu daha yeni çıktı ortaya. Bütün gırtlak bölgesi ve diyafram felçli. Bu o zamanlar fark edilmemişti.

HELLINGER Ne kadar süredir bu hastalıktan yakınıyorsun?

CHRİSTA On dört yaşımdan beri.

HELLINGER Ailede bir şey oldu mu?

CHRISTA Benim konfirmasyonum[13].

HELLINGER Bunun bu kadar ciddi sonuçları olmamalı. Şimdiki sorunun nedir?

CHRISTA Kızımın konfirmasyonu yapıldı, bu da enerjimi alıp götürdü. Bundan altı ay kadar öncesinden dik duramaz olmuştum, şimdiyse enerjim ayakta durmaya bile el vermiyor. Böbrek iltihabı ile başladı. Hiç gücüm yok şimdi.

HELLINGER Güncel sistemini diz önce. Daha sonra köken ailendeki önemli kişilere de bakarız. Şimdiki ailen kimlerden oluşuyor?

CHRISTA Kocam, ben ve kızımdan.

Christa bu kişiler için temsilcileri seçer.

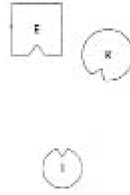
HELLINGER Kızının doğumunda ne oldu?

CHRISTA Hamilelik sırasında çok hastalandım, ölümün eşiğine geldim. Doktorlar bana yüzde on beş şans verdiler, çocuğunsa hiç yaşama şansı olmadığını söylediler. Önemli bir şey söylemem gerek: Büyük büyükannem doğum sırasında ölmüştü.

HELLINGER Bu, anlamlı. –Kısa bir süre önce bir kursumda hamilelik psikozu geçiren bir kadın vardı. Annesi doğum sırasında ölmüştü. Kadın ve kızını ölen annenin karşısına yerleştirdim ve kadına kızını ölen annesine tanıtarak ondan çocuğu kutsamasını istemesini söyledim. Bir anda kuşaklar ötesinden bir sevgi bağı ortaya çıktı. –Burada da daha sonra bu şekilde çalışacağım.

Şimdi önce güncel aileni diz.

1. Resim



E Erkek

K Kadın (=Christa)

1 İlk çocuk, kız

HELLINGER Adam nasıl?

ERKEK Karşı tarafta kızla aramda bir bağ hissediyorum ama karımdan yana dönmek istiyorum.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Çok üşüyorum. Ta başında, Christa beni seçtiğinde başladı, hâlâ da sürüyor. Kocamın yanında olursam geçeceğini düşündüm ama geçmedi.

HELLINGER Christa’ya Senin böyle üşüdüğün olur mu?

Christa başıyla onaylar.

HELLINGER gruba Temsilcisinin bu konuda hiçbir şey bilmeksizin bunu nasıl dolaysızca algıladığını görüyor musunuz? Kız nasıl?

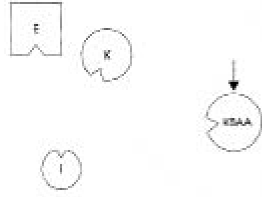
İLK ÇOCUK Bu ana babayla kendimi çaresiz hissediyorum. Kiminle ilişkili olduğumu tam olarak bilemiyorum.

HELLINGER Christa’ya O büyük büyükanneye ne olmuş?

CHRISTA Yedinci çocuğunu dünyaya getirirken ölmüş. Babamın anneannesi.

HELLINGER Onu dizime ekliyorum şimdi. Görüş alanına getiriyorum; bakalım ne değişecek.

2. Resim



KBA Kadının babasının anneannesi, doğum sırasında ölmüş

HELLINGER Ne değişti?

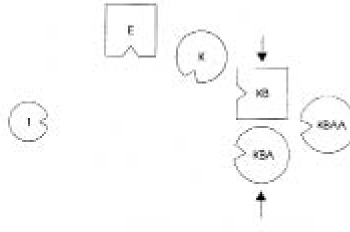
KADIN Destek alıyorum. Artık birisi daha var. Daha önce kendimi çok yalnız hissediyordum.

HELLINGER Kız şimdi nasıl?

İLK ÇOCUK Bana da iyi geldi. Ona bakıyorum. Ana baba sürekli bakışlarını kaçırıyor.

HELLINGER Christa’ya Şimdi babanı ve annesini de dizime ekliyorum.

3. Resim



KB Kadının babası

KBB Kadının babaannesi

HELLINGER Kadının babasına Böyle nasılsın?

KADININ BABASI Arkamda bir şey var.

HELLINGER Bu hoş bir şey mi, değil mi?

KADININ BABASI Hoş değil.

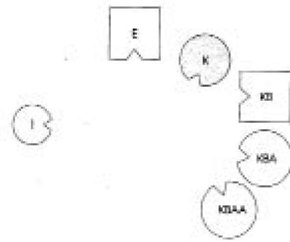
HELLINGER Babanın annesi nasıl?

KADININ BABAANNESİ Kadın (ölen) bana fazlasıyla yakın.

HELLINGER gruba Doğum sırasında ölen bir kadın sistemde büyük bir korku yaratır.

Hellinger ölen büyük büyükanneyi kadının babaannesinin soluna yerleştirir.

4. Resim



HELLINGER Kadının babasına Onun görüş açına girmesi nasıl oldu?

KADININ BABASI Böyle daha iyi.

KADININ BABAANNESİ Benim için de.

KADININ BABASININ ÖLMÜŞ ANNEANNESİ Benim için burası iyi. Arkada dururken de sıcak bir duygu vardı içimde.

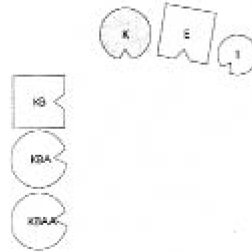
HELLINGER gruba Doğum sırasında ölen kadınlar kendilerinden sonra gelen çocukları ve torunlarına karşı iyi niyetlidirler. Onların iyiliğini isterler.

Christa’nın temsilcisine Şimdi nasılsın?

KADIN Daha iyi. Sol tarafım bütünüyle ısındı. Soldan büyük bir güç ve enerji geliyor.

HELLINGER Şimdi sistemi başka türlü dizeceğim. Bir aile dizimi yapılırken normal olarak önce erkek, ardından kadın, sonra da çocuklar gelir ve saat yönünde dizilirler. Ancak buradaki gibi kadında çok önemli, ciddi bir şey görüldüğünde önce o, ardından erkek gelir.

5. Resim



HELLINGER Şimdi nasıl?

KADIN Enerji var.

HELLINGER Enerji mi?

KADIN İki taraftan da canlı bir şekilde, bir anda gelmeye başladı. Daha önce sanki ortadan ikiye ayrılmış gibiydim. Ardından sol yanım ısındı, şimdiyse sağ tarafım da sıcak. Burada kalabilirim.

HELLINGER gruba Duydunuz mu?

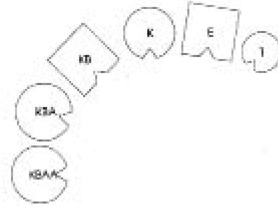
Christa'ya Senin anahtar sözcüğün enerjiydi. Dizimde kendi yerine geç şimdi.

CHRISTA Tuhaf. Kızımın doğumundan sonra sol kolum felç olmuştu.

HELLINGER Dizime gir ve senin için uygun yerin neresi olduğunu sınayarak bul. Birisinin sana daha yakın ya da uzak olması gerektiğini hissedersen insanlara yer de değiştirtebilirsin.

Christa dizimdeki yerini alır, eşine biraz daha yaklaşarak babasına, büyük ve büyük büyükannelere el sallayarak kendisine yaklaşmalarını ister.

6. Resim



HELLINGER Adam şimdi nasıl?

ERKEK Kendimi böyle iyi hissediyorum.

HELLINGER Güzel. Kız nasıl?

İLK ÇOCUK Evet, böyle iyi.

HELLINGER gruba Annenin sistemi fazla yüklü olduğu için kızı annenin etki alanından çıkararak babanın etki alanına yerleştirdim.

Christa'nın kocası Max'a Sen de resimdeki yerini alıp mutluluğunun tadına varmak ister misin?

Max dizimdeki yerini alır ve hoşnut bir şekilde başını sallar.

HELLINGER Christa'ya Büyük büyükanneye "Kalırsam lütfen kutsa beni!" de. Yüzüne bak onun!

CHRISTA Kalırsam lütfen kutsa beni!

HELLINGER Biraz daha dostça bir tonla söyleyebilirsin. Güç dolu söyle: "Kalırsam…"

CHRISTA Kararlı bir sesle Kalırsam lütfen kutsa beni.

HELLINGER Tamam, öyle işte.

CHRISTA Kalırsam lütfen kutsa beni.

HELLINGER "Ben kalıyorum…" de ona.

CHRISTA Ben kalıyorum…

HELLINGER "…kocamın yanında."

CHRISTA …kocamın yanında.

HELLINGER "Ve çocuğumla."

CHRISTA Ve çocuğumla.

HELLINGER "Kaldığımda kutsa beni."

CHRISTA Kaldığımda kutsa beni.

HELLINGER Şimdi bunu büyükanneye söyle!

CHRISTA Kaldığımda kutsa beni.

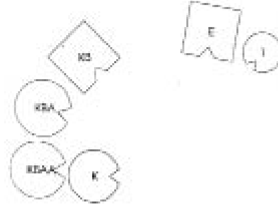
HELLINGER Babaya da!

CHRISTA Kaldığımda kutsa beni.

HELLINGER Tamam, böyle.

Hellinger Christa’yı sırtı büyük büyükanneye yaslanabilecek şekilde yerleştirir. Büyük büyükanne ellerini usulca onun omuzlarına koyar.

7. Resim



HELLINGER Büyük büyükannenden güç al!

Bir sessizliğin ardından Şimdi kocanın yanına dön, büyük büyükanneye bir kez daha bak ve “Kaldığımda kutsa beni” de.

CHRISTA Kaldığımda kutsa beni.

HELLINGER İşte şimdi güç vardı sözünde. Tamam, bu kadar.

Dizim: Karşıt cinsli özdeşleşme

HELLINGER Daniel’e Seninle çalışacağım. Verdiğimiz ara sırasında konuşmuştuk seninle. Yanıma otur. –Ailen hakkında biraz bilgi almak istiyorum yalnızca. Ana baban evli mi?

DANIEL Evet.

HELLINGER Kaç çocuksunuz?

DANIEL Üç erkek.

HELLINGER Ebeveyninden biri önceden bir evlilik ya da ciddi bir ilişki yaşamış mı?

DANIEL Hayır.

HELLINGER Ana babanın köken ailelerinde önemli bir şey yaşanmış mı?

DANIEL Babaannem kanserden ölmüştü.

HELLINGER Öldüğünde kaç yaşındaydı?

DANIEL Altmış ya da altmış beş.

HELLINGER Bu o kadar anlamlı değil. Doğum sırasında ölen olmuş mu?

DANIEL Sanıyorum bir ölü doğum olmuş ama bu konuda bildiğim bir şey yok.

HELLINGER Kimin çocuğu?

DANIEL Annemin galiba ama emin değilim.

HELLINGER Yani senin kardeşin olacaktı?

DANIEL Evet.

HELLINGER Oğlan mı, kız mı?

DANIEL Bilmiyorum.

HELLINGER Duygun ne yönde?

DANIEL Kız olduğu.

HELLINGER Doğru. Kaçıncı çocuksun sen?

DANIEL En küçük, üçüncü.

HELLINGER Ya ölü doğan? Senden sonra mıydı, önce mi?

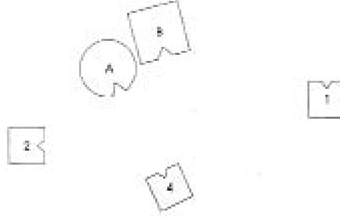
DANIEL Benden önce.

HELLINGER Senden hemen önce mi?

DANIEL Evet, sanıyorum.

HELLINGER Pekâlâ, şimdi sistemi dizelim. Haydi. Ölü doğan çocuğu şimdilik bırakalım. Daha sonra alırız.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, oğlan

2 İkinci çocuk, oğlan

4 Dördüncü çocuk, oğlan (=Daniel)

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Kendime, ne oldu da en büyük oğul o kadar uzağa gitti diye sordum. Ayrıca karım da ikinci çocuğumla temasımı kesiyor. Onunla temas içinde olmak isterdim.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Biraz şaşkın. Kocayı göremiyorum, en büyük çocukla ikinci çocuğu da. Tek görebildiğim, en küçük oğul.

HELLINGER En büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Arka tarafımda güçlü, kötü bir duygu var. Ana babamı göz ucuyla görebiliyor, başka da bir şey göremiyorum.

HELLINGER İkinci oğul nasıl?

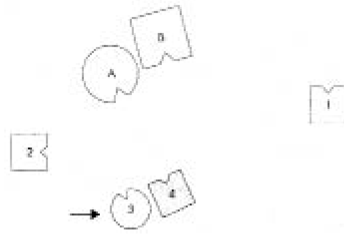
İKİNCİ ÇOCUK Ağabeyimin arkasından gitmek istiyorum.

HELLINGER Daniel'in temsilcisine En küçük oğul nasıl?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Buraya yerleştirildiğimde anneye fazlasıyla yakın hissettim kendimi. İki kardeşimin yanında olmayı yeğlerim.

HELLINGER Daniel'e Ölü doğan kız kardeşi dizime ekle. Bütünüyle duygunu izleyerek yap bunu.

2. Resim



3 Üçüncü çocuk, kız, ölü doğmuş

HELLINGER En küçük oğulda ne değişti?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Büyük bir korku yaratıyor bende. Fazlasıyla yakın. Güvenli değil.

HELLINGER Kız kardeş nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Kendimi burada çok yabancı hissediyorum.

HELLINGER Ana baba için bu değişiklik nasıl oldu?

ANNE Çocuğun burada olması hoşuma gidiyor.

BABA Bir şey daha eklendi ama asıl durum değişmedi.

HELLINGER Daniel'e Durumundan kısaca söz edebilir miyim?

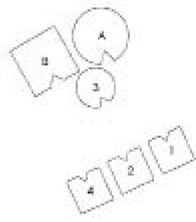
Daniel başıyla onaylar.

HELLINGER gruba Verdiğimiz ara sırasında Daniel bana kendisini tam ortadan ikiye bölünmüş hissettiğini, cinsel kimliğinden, erkek mi, kadın mı olduğundan emin olamadığını söyledi. Bir oğlanın yer verilmeyen bir kızla özdeşleşmek zorunda kaldığı bir ailede olur bu. Burada gördüğümüz durum da tam olarak böyle. –Kız ebeveynine gitmeli.

Ölü doğan kızın temsilcisine Ana babanın önünde otur ve sırtını onlara yasla.

Hellinger anneyi babanın soluna yerleştirir ve ana babadan bir ellerini usulca çocuğun başına koymalarını ister. Ardından erkek kardeşleri yaş sırasına göre ebeveynin karşısına yerleştirir.

3. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

BABA Gurur dolu babayım ben.

ANNE Kendimi iyi hissediyorum.

HELLINGER En küçük oğul şimdi nasıl?

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Kendimi yeniden rahatlamış hissediyorum. Böylesi bana uygun.

Ana baba birbirine gülümser.

HELLINGER gruba Diğer çocuğa yer verildiği için en küçük oğul özdeşleşmeden sıyrılıyor. Artık kendisi olabilir. Başka birisini, bir kızı temsil etmek zorunda değil.

Kız kardeşe Çocuk orada, aşağıda nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Benim yerim burası.

HELLINGER Doğru.

Daniel'e Kendi yerine geçmek ister misin?

Daniel dizimdeki yerini alır, çevresine bakar.

HELLINGER Diğer erkek kardeşler nasıl?

İLK ÇOCUK Harika.

Erkek kardeşler başlarıyla onaylar.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Eşcinsel sevgi ve psikozlarda karşıt cinsli özdeşleşme

HELLINGER gruba Kısa bir süre önce Gunthard Weber ile birlikte bir kurs düzenleyerek yirmi beş psikoz hastasını hekimleri ya da terapistleri ve ebeveynleriyle birlikte davet ettik. Psikoz vakalarında nasıl bir aile dinamiği olduğunu ortaya çıkarmak istiyorduk. Psikotiklerin iki farklı kişiyle özdeşleşmiş olduğu yolunda bir varsayımımız vardı ama uygulama kısa sürede bu hipotezi bir yana bırakmamıza yol açtı. Çok kısa bir zaman içinde hemen hemen bütün psikozlu hastaların karşıt cinsli bir özdeşleşme içinde olduğunu gördük. Sözgelimi dizim sırasında bir çiftin psikiyatri kliniğinde tedavi görmekte olan kızlarının babanın ölü doğan ikiz erkek kardeşini temsil etmekte olduğu ortaya çıktı. Aklını bu nedenle yitirmişti.

Daniel'in ailesinde başka bir kız çocuk olmuş olsaydı ölen kız kardeşi o temsil eder, bunu Daniel'in yerine getirmesine gerek kalmazdı. Ama ailede yalnızca erkek çocuklar vardı. Bu nedenle de ölmüş kız kardeşi onlardan biri temsil etmek durumundaydı.

Soru, bu durumla nasıl baş edileceği. Durumun hâlâ değiştirilebilir olup olmadığı ise yanıtsız kalıyor. Edinilen deneyim bu. Zira eşcinsel bir ilişkide de zaman içinde çözülmesi zor bir bağ oluşuyor. Eğer çözülebiliyorsa çok özel bir durum söz konusu. Ailevi durumun böyle bir şeye ittiği kişinin özel bir alınyazısı var. Kişi, kendi alınyazısı olarak bunun arkasında durmak zorunda.

Daniel'e Ölmüş kız kardeşine bir yıl boyunca hayattaki güzel şeyleri göstermek, bunu da sevgiyle yapmak senin için bir yol olabilir. Şaşırtıcı olan, sevginin özdeşleşmeyi ortadan kaldırması. Özdeşleşmede temsil etmekte olduğum kişi gibiyimdir. Bu kişi de benim için bir muhatap olmaz. Onun için de özdeşleştiğim insanı sevemem. Sevdiğim an karşımda ya da yanımdadır artık. O zaman da aynı anda ona bağlı ve ondan ayrı olurum. Böylece özdeşleşme ve etkisi ortadan kalkar. –Kız kardeşinin iyiliğine işleyeceğine güven!

Gruba Bu konuda sorusu olan var mı?

KATILIMCI KADIN Az önce eşcinsellikte çocuğun her zaman karşıt cinsli bir özdeşleşme içinde olduğu söylendi. Eşcinsellik tartışmasında yepyeni bir boyut ileri sürmesi dolayısıyla genel bir ifade midir bu? Ve transseksüellikte durum nedir?

HELLINGER Transseksüellik her zaman eşcinselliktir. Arada fark yoktur. Eşcinselliğin uç bir biçimidir.

Ancak eşcinselliğin temeli her zaman karşıt cinsli özdeşleşmeye dayanmaz. Yalnızca dışlanmış birinin temsili gerektiğinde de ortaya çıkabilir. Erkeğin durumunda bu bir erkek de olabilir. Eşcinsellik dışlanmışlık olarak yaşanır. Dolayısıyla bir eşcinsel, karşıt cinsli özdeşleşme olmaksızın yalnızca dışlanmış bir bireyi temsil ediyor olabilir. Buna da rastlanır. Ancak böyle bir eşcinsellik, kişinin kaşıt cinsli bir özdeşleşmeye zorunlu kaldığı durum kadar baskı yaratmaz. Soruyu yanıtlayabildim mi?

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Benim için değil. Bu, eşcinselliğin yegâne nedeni olarak görülecek olursa, eşcinselliğin doğal karşılandığı eski Yunan gibi farklı toplumların buna bakışı nasıl açıklanabilir?

HELLINGER Görmediğim şeyler hakkında konuşmaktan sakınırım. Burada olanı görüyorum ve görebildiğim kadarıyla söylüyorum. Ama genel bir ifade olarak benim için fazlasıyla riskli. Yaptığım yalnızca olguya dikkat çekmek. Böylece kimi eşcinsellerin alınyazısı hafifletilebilir. Kişi o zaman kendisini farklı bir ışık altında görecektir. Durum değiştirilebilir mi? Bu ayrı bir soru.

DİĞER BİR KATILIMCI KADIN Biseksüelliği nasıl açıklıyorsunuz?

HELLINGER Eşcinsellik olarak.

Annenin erkek arkadaşına karşı babayı seçmek

DANIEL ertesi gün Dizimimle ilişkili olarak, annemin çekip Amerika’ya giden bir erkek arkadaşı olduğunu hatırladım.

HELLINGER Annenin bir arkadaşı mı vardı?

DANIEL Evet. Kısa bir süre gelip sonra da iz bırakmamacasına kaybolduğunda öğrendim ben de. İstediği erkek oydu. Bugün hissettiğim bu.

HELLINGER Böyle bir durumda erkek çocuk bunun bilincinde olmaksızın, anne de bunu istemeksizin bu arkadaşı anne için temsil etmek zorundadır. Üç kardeşsiniz, onu kimin temsil ettiğini bilmiyorum. Bu konumdaki oğul baba ile çatışmaya girer, böylece de erkek olmada güçlük yaşar. Babasını alamaz, baba da ona babalığını veremez, çünkü oğul babanın rakibini temsil etmektedir.

Çözüm, oğlun annenin karşısında “Benim babam o. Yalnızca o”, babasına da “Sen benim babamsın ve seni babam olarak alıyorum. Benim için doğru olan sensin, diğeriyle bir ilişkim yok. Ben senin oğlunum” demesidir.

DANIEL Ben kendimi çoğunlukla rakip rolünde hissettim.

Bilgi eyleme hizmet eder

DANIEL Dün yaşadıklarım babamın ailesinin benim için çok önemli olduğunu gösterdi. Büyükbabam kaybolmuş. Neler olduğundan söz edilmiyor. Eksik kalan bir şeyler var.

HELLINGER Bu konuyu ele almayacağım. Bir seferinde çok fazla şey yapmamak gerekir. Büyükbabanı babanın arkasında görüp babanla birlikte onurlandırman yeterli. Temelimiz şu; bilgi eyleme hizmet eder. Eylem için gerektiği kadar öğrendiğimde araştırmaya son verir, eyleme geçerim. Eylemin gerektirdiğinden fazlasını bilmek isteyecek olursam eylem gücü kaybolur. O zaman da edindiğim bilgi eylemin yerine geçer.

Dizim: “Senin yerine ben”

HELLINGER Ernst’e Şöyle geç. Ele almak istediğin nedir?

ERNST Beş yıl önce habis bir ur aldırdım. Üç yıl önce metastaz yaptı, şu anda damar iltihabı çekmekteyim. Ameliyatlar dışında…

HELLINGER Bunları bilmeme gerek yok. –Aile sistemine bakmak ister misin?

ERNST Evet, isterim.

HELLINGER Evli misin?

ERNST Evet.

HELLINGER Çocuğun var mı?

ERNST Bir tane, biri de yolda.

HELLINGER Sağlıklı olmayı çocuklarına borçlusun. Bunu biliyor musun?

ERNST Biliyorum.

HELLINGER Yoksa seni izlerler. –Senin için şimdi iyi bir şey yapmamızda iyi bir motivasyon olur mu bu?

ERNST Evet, öyle de.

HELLINGER Köken ailende dikkat çekici bir şey var mı?

ERNST Dört çocuğuz. Anne tarafında özel bir şey yok. Çok büyük bir aile…

HELLINGER Ya kardeşlerin? Ölen ya da ölü doğan var mı aralarında?

ERNST Babam da cilt kanseri, kız kardeşim ve ağabeyim de kanser.

HELLINGER Of! Ne kadar üst üste gelmiş. –Ya babanın ailesi?

ERNST Babam yedi sekiz yaşlarındayken büyükbabam ölmüş…

HELLINGER Ölüm nedeni?

ERNST Vücudundaki yeniden harekete geçen bir obüs parçası diye anlatılır. Kan zehirlenmesine yol açmış. Ardından büyükbabam aniden ölmüş.

HELLINGER Babanın kaç kardeşi vardı?

ERNST Bir üvey kız kardeşi.

HELLINGER Hangi taraftan?

ERNST Babasının ilk evliliğinden. Babamın büyüğüydü.

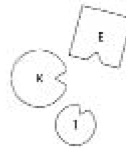
HELLINGER İlk eşe ne olmuş?

ERNST Bildiğim kadarıyla ya doğum sırasında ya da bundan kısa bir süre sonra kendini pencereden atmış. Nedenini bilmiyorum.

HELLINGER Önemli kişi o. Ben yine de güncel ailenle başlayacağım. Aileni diz; yani eşin ve çocuğunu. Çocuk kaç yaşında?

ERNST Dört.

1. Resim



E Erkek (=Ernst)

K Kadın

1 İlk çocuk, kız

HELLINGER Erkek nasıl?

ERKEK Kendimi böyle kuşatılmış hissediyorum. Kımıldayacak yerim yok. Bu bir yandan güzel, bir yandan çok fazla geliyor.

HELLINGER Kadın nasıl?

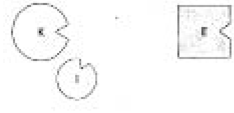
KADIN Çok sıkışık, ben de bakışlarımı karşıya çeviriyorum.

HELLINGER Kız nasıl?

İLK ÇOCUK Anneden biraz uzaklaşma eğilimindeyim.

Hellinger adamı ailenin dışına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER Erkeğe Şimdi nasılsın?

ERKEK Şimdi de çok uzağım.

HELLINGER Duygularına eğil. Bu senin için daha mı iyi, daha mı kötü?

ERKEK Birazcık daha iyi.

Erkek uzaklaşır uzaklaşmaz anne kız karşılıklı güler.

HELLINGER gruba Tuhaf! Görüyor musunuz?

Anne kız kahkahalarla gülmektedir.

HELLINGER Görüyor musunuz? İşte Ernst onlar için yok olmak zorunda. Ernst'e Öyle mi?

Ernst başıyla onaylar.

HELLINGER Ne diyorsun buna?

ERNST Şu anda buna bir şey söyleyebilecek durumda değilim.

HELLINGER Evet, zor.

ERNST Hmm!

HELLINGER Karının ailesinde ne olmuş?

ERNST Onun da babası kanserden ölmüş.

HELLINGER Kaç yaşında ölmüş?

ERNST Tam olarak bilmiyorum. Altmış, yetmiş filan. Ama o sırada karısından ayrıymış.

HELLINGER Neden ayrılmış?

ERNST Bildiğim kadarıyla kadın onu göndermiş.

HELLINGER Kadın mı göndermiş?

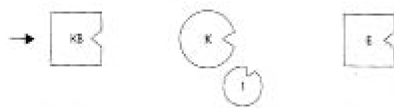
ERNST Ona İsviçre'de bir iş bulmuş.

Grupta gülüşmeler

HELLINGER gruba İşte size tıpatıp aynı durum. Annenin kocasına yaptığını şimdi de kızı kendi kocasına yapıyor. Aynı şey olduğu gibi tekrarlanıyor.

Ernst'e Karının babasını dizime ekle şimdi.

3. Resim



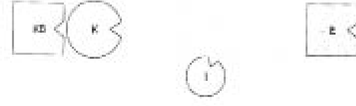
KB Kadının babası

HELLINGER Kadında ne değişti?

KADIN Geriye doğru gidip babama yaslanma itkisi hissediyorum.

HELLINGER Yap o zaman.

4. Resim



HELLINGER Dinamik tam olarak şöyle muhtemelen:

Hellinger kadının babasının sırtını çevirir, kadını da onu izlemesi için babanın arkasına yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Kadının babası nasıl?

KADININ BABASI Bu tarafa bakmak çok daha iyi.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Daha iyi. Babama arkasından sarılmak istiyorum.

HELLINGER gruba Kadının dinamiği, “seni izliyorum”. Peki giden kim? – Kocası. Erkekler dost canlısı varlıklar, bunu artık dile getirmek zorundayız!
Grupta gülüşme ve alkışlar.

Hellinger adamın yüzünü çevirir, kızı yanına yerleştirir.

6. Resim



HELLINGER Erkek nasıl böyle?

ADAM Böyle daha iyi. Artık o kadar yalnız değilim.

HELLINGER Kız şimdi nasıl?

İLK ÇOCUK Ben iyiyim.

HELLINGER Ernst'e Bu, sistemdeki gizli dinamik. Gördüğün gibi iyi bir dinamik de değil.

ERNST İşin içinde bir de şiş bir karın var diye düşünüyorum (karısı hamiledir). Durum bununla da ilgili.

HELLINGER Bu bir şey değiştirmez. Burada da bir şey değiştirmedi zaten.

ERNST Ama kız bir değişikliğe yol açtı.

HELLINGER Nasıl?

ERNST Adam kendini o kadar yalnız hissetmez oldu.

HELLINGER Evet, öyle oldu. Kız babasına gitmelidir. Ama burada soru, karının nasıl kurtarılabileceği.

ERNST Babasından koparak.

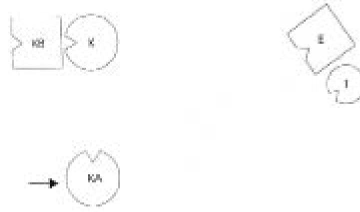
HELLINGER Hayır, hayır, bu olmaz!

ERNST Yani artık onun peşinden gitmek istememesiyle.

HELLINGER Annesini dizime eklemek durumundayız şimdi. Sonra ne olduğuna bakarız. Annesini yerleştir!

Gruba Böyle bir dizim yapıldığında çoğu zaman öncelikle sistemin eğilimli olduğu uç nokta gösterilir. Bunun ardından başka çözümlerin de olup olmadığına bakılır. Çoğu durumda başka çözüm yoktur ama danışan için başka çözümlerin en azından aranması önem taşır.

7. Resim



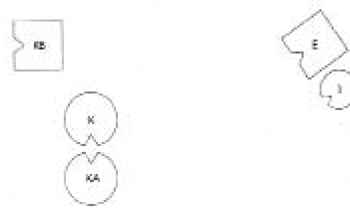
KA Kadının annesi

HELLINGER Kadın şimdi nasıl?

KADIN Daha iyi. Anneme gitmek istiyorum.

HELLINGER Git.

8. Resim



Kadın annesine öfkeyle bakar.

HELLINGER gruba Kadın şimdi bu öfkeyle kimi temsil ediyor? –Aileden gönderilen babayı. Peki babanın öfkesi aslında kime yönelmeli? –Kadının annesine. Ya gerçekte kime patlıyor?

KATILIMCILAR Kocaya.

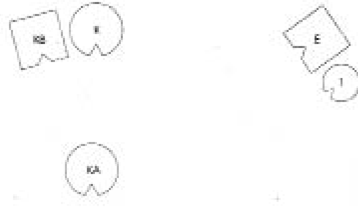
HELLINGER Kocaya. Buna çifte aktarım adı verilir.

Kadının babasına Şimdi nasılsın?

KADININ BABASI Karımı sol tarafımda hissettim.

HELLINGER Yan dön. Kızını senin yanına yerleştirelim, karının da sırtını çevirelim.

9. Resim



HELLINGER Şimdi nasıl?

KADIN Öfke duyuyorum. Annenin arkasını dönüp gitmesini istemiyorum.

KADININ BABASI Ben şimdi çok daha iyiyim.

Grupta gülüşmeler

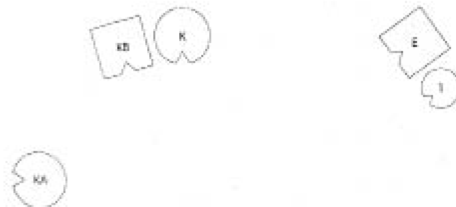
HELLINGER Çocuklar işte! Her iki ebeveyne de bağlıdırlar.

HELLINGER Kadının annesi nasıl?

KADININ ANNESİ Onlarla ilişkim pek az.

HELLINGER Doğru. Biraz daha uzaklaş.

10. Resim



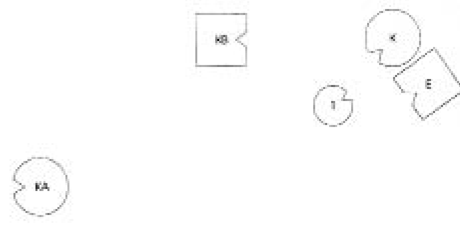
HELLINGER gruba Kadının annesinin ailesinde neler olduğunu, neden uzaklaşma eğiliminde olduğunu bilmiyoruz. Ama bunu bir yana bırakıp bu aile içinde bir çözüm arayalım.

Kadının temsilcisine Çözümü arayayım mı?

KADIN Evet. Güler.

Hellinger çözüm resmini oluşturur.

11. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

KADIN Daha iyi. Daha iyi nefes alabildiğimi fark ediyorum. Bir anda buranın benim yerim olduğu hissi doğdu içimde. Daha önce nereye ait olduğumu bilemiyordum.

ADAM Karımın çok daha fazla benim yanımda olduğunu hissediyorum. İyi bir yakınlık bu. Daha önceki gerçek değildi.

İLK ÇOCUK Şimdi artık ana babam var.

KADININ BABASI Kendimi yüce gönüllü algılıyorum. Güler.

HELLINGER Ernst'e Kendi yerini almak ister misin?

Ernst dizimdeki yerini alır. Kadınla erkek aralarında gülüşüp şakalaşırlar.

HELLINGER Demek kimi zaman iyi bir çözüm olabiliyormuş da. Ernst'e Önce ön plandaki sorununu ele aldım; güncel aileni. Kanserin aile dinamiğinle ilgisi olup olmadığını bilmiyoruz. Bunun için köken aileni de

dizmemiz gerekirdi. Bir seferde çok fazla şey yapmamam gerekiyor. Anlaştık mı?

ERNST Tamamdır.

HELLINGER Pekâlâ, bu kadar.

Dizimler etkilerini içsel resim yoluyla gösterir

HELLINGER Bu konuda sorusu olan var mı?

KATILIMCI Daha önceki dizimlerde ilgili kişilerin kendileri bir şeyler yapabildi. Babayı onurlandırdı ya da sevgiyi hissedebildiler. Bu dizimdeyse çözüm kadına bağlıydı. Burada ilgili kişi ne yapabilir?

HELLINGER Bu dizimler etkilerini değişime uğramış içsel resim yoluyla gösterir. Ernst'in karısı ve karısının kilitlenmesine ilişkin farklı bir içsel resmi var şimdi ve bu, etkisini göstermeye başladı bile. Ancak burada olanları karısına anlatmak da zorunda.

Ernst'e Ona her şeyi olduğu gibi, yorum katmaksızın anlat. Yalnızca anlat ve anlattığının etkisini göstereceğine güven.

Gruba Doğru olan, açıklamaya ihtiyaç duymaz. Burada olanı anlatması yeterlidir. Bunun dışındaki her şey, karısının içinde taşıyacağı resme dönüşür. Anlattıktan sonra da beklemek zorunda. Ama karısıyla ilişkisi şimdiden değişti. Zira buradan eve gittiğinde karısı Ernst'i farklı bir şekilde algılayacak. Çünkü Ernst, içinde karısının farklı bir resmini taşıyor. Bundan fazlasını yapmam; yapmam doğru olmaz.

Terapistin önemli ölçüde geride durması gerekir. Ele aldığını "sonuna dek" işlememeli, çalışmasını gücün tepe noktasına ulaştığı yerde kesmeli ve sistemi kendi olumlu güçlerine bırakmalıdır.

“Doğru”

KATILIMCI KADIN Tekniğe ilişkin bir sorum var. Bir rolü üstlenecek bir kişiyi sizin seçmenizle bunu danışanın yapması arasında bir fark var mı? Bir de içeriğe ilişkin sorum olacak. Sık sık “doğru”, “bu doğru” ya da “doğrusu böyle” gibi ifadeler kullanıyorsunuz. Buna ilişkin ilkeleriniz mi var, yoksa bunları atmosferin hissettirdiklerine dayanarak mı söylüyorsunuz?

HELLINGER Dizimde kimin kimi temsil ettiğinin hiçbir önemi yoktur. Dolayısıyla temsilcileri danışanın mı seçtiği, yoksa çalışmayı kısaltmak üzere bunu benim mi yaptığım herhangi bir rol oynamaz. Çünkü kendilerini buna açtıkları sürece herkes herkesi temsil edebilir, yani her erkek her erkeği, her kadın da her kadını.

“Doğru”, benim için, herkesin kendisini olduğu yerde iyi hissetmesi anlamına gelir. Daha fazlası değil. Benim için düzen ise, herkesin doğru yerde olmasıdır. Ancak bu pek çok etmene bağlıdır, bundan ötürü de çoğu dizimde farklılık gösterir. Başlangıçta bana yönümü gösteren belirli düzenler görsem de genel yasalar belirlemekten kaçınırım. Farklı bir durum söz konusu olduğunu görecek olursam da bana başlangıç noktası sunan düzenlerin dışına çıkarım.

Yalnızca simgelerle yapılan aile dizimleri

KATILIMCI Grup olmaksızın, yani yalnızca simgelerle çalıştığınızda, bir grup çalışması sırasında çeşitli çiftler ve katılımcıların dile getirdiği hissediş dinamiğini nasıl elde ediyorsunuz?

HELLINGER Yalnızca gruplarla bu şekilde çalışıyorum. Bunun sadece gruplarla yapılabildiğini, o zaman da ne denli yoğun olduğunu görüyorsunuz. Bu yoğunluğa bireysel terapide ulaşabilmek çok zor. Ama öyle durumlar da var ki, terapistin eli altında bir grup olmuyor. O zaman çalışma, simgelerle de yapılabiliyor.

İsabeti kanıtlanmış bir çalışma biçimi, ayakkabılarla yapılan. Kişiler yerine pabuçlar diziliyor. Danışan ile terapist bu pabuçlar yoluyla kişileri görüyor. Bu ikisi mekan içinde dolaşarak pabuçların simgelediği kişilerin nasıl hissettiğini duyumsayabiliyor. Dolayısıyla bu yardımcı bir teknik olarak kullanılabilir.

Danışanın üzerinde duracağı küçük, dörtgen halılar da kullanılabilir. Bunun dışında geçerli olan burada da geçerli; Ruh koşullara uyum sağlıyor, böylece de böyle bir durumdan bile en iyi sonucu elde edebiliyor.

KATILIMCI Pabuçların "dile getirdiğini" siz mi ortaya koyuyorsunuz, danışan mı?

HELLINGER Bunu azami dikkatle yapmak zorunlu. İşin içine fantezilerin, yorumların girdiği an ipin ucu kaçmış demektir. Ama bir dostum anlatmıştı: Böyle bir dizimde bütün yapması gereken ayakkabıların yanında durmak imiş, pabuçların temsil ettiği kişilerin ne hissettiğini olduğu gibi duyumsuyormuş. Bu sürece güven duyabiliyor o. Bunun egzersizi de yapılabilir. Ancak daha iyisi, temsil edilenlerin kendilerini nasıl hissettiklerini danışanın dizime katılarak duyumsamasıdır. Onlara yaklaşır böylece.

Dizim: İlk erkek kardeş doğumunun ardından ölür, ikincisi de kendini öldürür

HELLINGER Frieda'ya Senin neyin var?

FRIEDA Erkek kardeşim altı ay önce intihar etti. Bu, varoluşumu derinden sarstı. Ana babamın benden beklediği…

HELLINGER Sen hiç intihara teşebbüs ettin mi?

FRIEDA Hayır ama aklımdan geçti.

HELLINGER O halde çalışmaya şimdi seni alıyorum. –Ailen kimlerden oluşuyor?

FRIEDA Yalnızca ben kaldım, bir de ana babam.

HELLINGER Kardeşin nasıl intihar etti?

FRIEDA Kendini bir otoyol köprüsünden aşağı attı.

HELLINGER Kaç yaşındaydı?

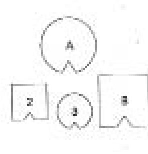
FRIEDA Yirmi yedi.

HELLINGER Bu dört kişiyi diziyoruz; yani babanı, anneni, ölen erkek kardeşin ve seni.

FRIEDA Annemin bir çocuğu daha olmuş. Doğumundan altı gün sonra ölmüş. O büyük ağabeyimdi.

HELLINGER Buradaki dinamiği görüyoruz: “Seni izliyorum”. Bu kardeşe de ihtiyacımız var elbette. Bütünüyle akıldan çıkmış. Ancak onu daha sonra dizime ekleyeceğiz.

1. Resim



B Baba

A Anne

2 İkinci çocuk, erkek, yirmi yedi yaşında yaşamına son vermiş

3 Üçüncü çocuk, kız (=Frieda)

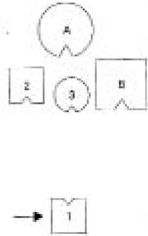
HELLINGER gruba Bütün aile tek bir noktaya yönelik. Görüyor musunuz? Olasılıkla hepsi erken ölmüş çocuğa bakmakta.

Frieda’ya Bu çocuğun ölümü nedeniyle herhangi birisine bir suçlama yöneltiliyor mu?

FRIEDA Evet. Çocuk yedi aylık doğmuş. Annem, dırdırı yüzünden düştüğü ruh haliyle erken doğum yapmış olmasından ötürü babamı suçlar. Bebek meme ememiş ve aslında açlıktan ölmüş.

HELLINGER Şimdi bu çocuğu da dizime ekle.

2. Resim



1 İlk çocuk, erkek, doğumdan kısa bir süre sonra ölmüş

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Daha önce, gözlerim yalnızca karşıya çevrili bir halde kendimi yapayalnız hissediyordum. Şimdiyse bu çocuğa doğru bir çekim hissediyor

ve karıma öfke duyuyorum.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Daha önce çok kötüydüm. Berbat hissediyordum kendimi. Artık hiç değilse bakışlarımı yöneltebileceğim bir şey var. Ama kendimi iyi hissetmem demek değil bu.

İKİNCİ ÇOCUK Annenin arkamda olması hiç hoş değil benim için. Daha önce bir de elini omzuma koyması daha da kötüydü.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Babamdan daha da uzaklaşmak istiyorum. Kendimi yanımdaki kardeşime yakın hissettim. Diğer çocuk da geldiğinden beri durum değişti: Şimdi babamla daha mesafeliyim.

HELLINGER Çocuğun ölümünden suçluluk duyan kim? –Anne.

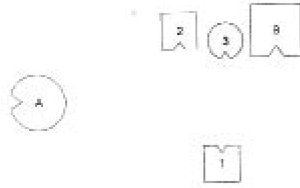
Onun için ölen kim? –Oğul.

Erken ölen çocuğa Sen nasılsın?

İLK ÇOCUK Demin birden kendimi gerçekten çok kötü hissettim. Yük önce aileden geliyordu, sonra anneden geldiği belirginleşti.

Hellinger anneyi ailenin dışına çıkarır.

3. Resim

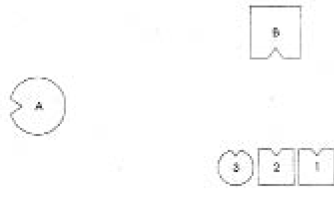


HELLINGER anneye Orada nasılsın?

ANNE Daha iyi. Sağ yanımdaki ağırlık kalktı.

HELLINGER Çözüm şu olabilirdi;

4. Resim



HELLINGER Baba için böylesi nasıl?

BABA Sırtımdan yük kalktığını hissediyorum.

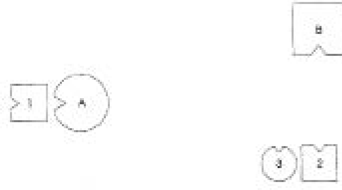
İLK ÇOCUK Anneme doğru çekiliyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Ben kendimi güvende hissediyorum.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Şimdi oldu.

Hellinger erken ölen çocuğu, sırtı annesine dönük olacak şekilde yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Dinamik bu: Anne, “Seni izliyorum” diyor.

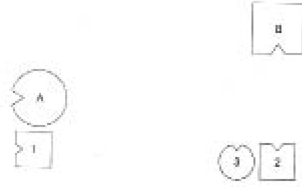
Anneye Burada nasılsın?

ANNE Kendimi son derece sevgi dolu hissetmeye başladım. Çok daha iyiyim.

İLK ÇOCUK Nispeten iyiyim burada. Tam olarak değil henüz ama…

Hellinger anneyi erken ölen çocuğun sağına yerleştirir.

6. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

İLK ÇOCUK Daha da iyi olabilir.

HELLINGER İlk çocuk için doğru yer babası ve kardeşlerinin yanı olurdu. O uzaklaştığında kardeşlerde ne oldu?

İKİNCİ ÇOCUK Sağ yanımda boşluk hissettim.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben allak bullak hissediyorum kendimi.

HELLINGER Ölen çocuk kardeşlerinin yanında olmazsa kardeşler onu izler. Şimdi başka bir çözüm göstereceğim.

Hellinger anneyi kocanın soluna yerleştirir, erken ölen çocuğu da sırtını onlara dayayacağı biçimde ana babanın önüne oturtur.

7. Resim



HELLINGER ebeveyne Ellerinizi usulca çocuğun başına koyun.

Anne ağlamaya başlar.

HELLINGER anneye Çocuğa bak. –Kocana yaslan ve çocuğa “Yavrucuğum” de.

ANNE Yavrucuğum.

HELLINGER Tekrarla!

ANNE Yavrucuğum.

HELLINGER Derin nefes al! –Ağzını açık tut.

HELLINGER Şimdi nasıl?

ANNE Daha iyiyim. Artık diğerlerini de görebiliyorum.

HELLINGER erken ölen çocuğa Nasılsın?

İLK ÇOCUK İyi.

HELLINGER kendini öldüren ikinci çocuğa Sen nasılsın?

İKİNCİ ÇOCUK İlk kez annemi görüyorum.

HELLINGER gruba Böyle bir şey olduğunda, bir çocuk öldüğünde bir suçlu aramak ya da kendini suçlu hissetmek ana baba için daha kolaydır. Böylelikle acıyla, alınyazısıyla yüzleşmek zorunda kalmazlar. Böyle bir alınyazısında çözüm, ebeveynin birbirine yaklaşması, birlikte olması, “Bunu birlikte taşıyoruz” diyerek çocuğu bakışları ve yüreklerinde yaşatması olacaktır. Burada çocuğu gözleri ve gönüllerinden ırak tutmuşlar.

Frieda’ya Yerine geç şimdi!

Frieda dizimdeki yerini aldığında Böyle iyi mi?

FRIEDA Evet.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Sevgi kaynaklı intihar

HELLINGER gruba Gözlemlerime göre intihar hemen her zaman “Seni izliyorum” ya da “Senin yerine ben” dinamiğini izliyor. Bunu bilirsek olguya çok daha farklı, çok daha sevgi dolu ve korkusuz bir şekilde yaklaşabiliriz. İntihar tehlikesiyle karşı karşıya olan insanın izlemek istediği kişi bulunur ve bu kişi sevgiyle yeniden oyuna dahil edilir. Kişi yeniden görüş alanına girdiği, sistemde layık olduğu yeri aldığı an intihar tehlikesi sona erer. Bu, kişinin “Senin yerine ben” ifadesiyle intihar tehdidi altında olduğu, yani başka birinin yerine bir ölmüşün yolundan gitmek istediği durumlarda da geçerlidir.

İntihar tehlikesi doğuran başka kilitlenmeler de vardır. “Seni izliyorum” cümlesi burada da önemli bir rol oynamakla birlikte suçun cezasını çekme gereksinimi buna bir örnektir. Ancak çoğu zaman bir insan, burada da açıkça ortaya çıktığı gibi, sevgiden ötürü intihar tehlikesiyle yüz yüze gelir.

KATILIMCI Sen çözümü hep danışan üzerinde çalışarak elde ettin. Bu vakada ise anne üzerinden gittin. Oysa danışan Frieda idi. Peki Frieda ne yapabilir?

HELLINGER Danışan, asıl danışan burada anne idi. Bunu ben anne için yaptım –ve bütün aile için.

Acıya karşı savunma olarak suçlu aramak

FRIEDA Benim bir sorum daha var. Kendimi bir anlamda suçlu hissediyorum. Kardeşimin intihar etmesinin önüne geçebilirdim gibi hissediyorum ve…

HELLINGER Hayır, hayır. Bu az önce sözünü ettiğim dinamik: Kişi suçu kendinde ya da başkasında arayacak olursa acı ve alınyazısının ağırlığıyla yüzleşmesine gerek kalmaz. Bu ucuz yoldan bir çözümdür. Kadere boyun eğmekten daha kolaydır. Ancak ölen kardeşine, onun kararına (baktığımızda bunun hiç de özgür bir karar olmadığını görüyoruz),

alınyazısı ve kilitlenmesine saygı duyduğunu, geride kötü bir şey kaldığına ilişkin kaygılanmasına gerek olmadığını söyleyebilirsin. Tamam mı?

Frieda başıyla onaylar.

HELLINGER Bunun da yapılması gerekiyordu.

Verilmeyen yanıt

KATILIMCI KADIN Benim anlamadığım, intiharın neden bu kadar geç olduğu. Eğer çocuğun istediği, birisini izlemek ise neden çok daha önceden canına kıymadı?

HELLINGER Bu sorunun kime, ne yararı var? Çözüm için gereksindiğimizden fazlasını bilmeye yönelik bir soru. Bütün yaptığı gücü alıp götürmek burada. Bu nedenle cevaplamaya karşı duruyorum. Bunu böylece ifade ettiğimde ne anlama geldiğini anlayabiliyor musun?

Katılımcı kadın başıyla onaylar.

KATILIMCI Bu suçluluk duygusu özellikle Katolik, Hıristiyan ya da kültürel ortama bağlı bir şey mi? Yoksa Avustralya yerlileri de bunu hissediyor mu?

HELLINGER Bu beni ilgilendirmiyor.

Grupta gülüşmeler

HELLINGER Bu soruyu yanıtlamamın ne yararı var? Burada neyin etkili olduğunu görüyorum, bu da bana yetiyor. Bunun dışında daha neler olduğunun benim için hiçbir önemi yok. Sorunuza şu ya da bu yanıtı vereyim, buradaki dinamik değişmiyor.

Aile dizimlerindeki hareket biçimi

BAŞKA BİR KATILIMCI Bir danışan psikoterapötik açıdan dikkat çekici bir hale geldiğinde ve ailesinde annesinin kendisini öldürdüğü ortaya çıktığında, çalışmanızda ağırlıklı olarak annenin hikâyesini de dizime katar mısınız, yoksa bunu dışarıda mı bırakırsınız?

HELLINGER Elbette anne de dizime katılmalıdır. Bununla birlikte küçük bir bölümle başlarım. Burada da bunu gördünüz. Dizime birinin daha katılması gerektiğini gördüğümde onu daha sonra alırım. Daha küçük topluluğun dinamiği, topluluğun genişletilmesine gerek olup olmadığını gösterir. Eğer anne kendini öldürdüyse hiç kuşkusuz dışarı çıkma eğilimi gösterecektir. O zaman kime gitmek istediğine bakar ve ailesinde yaşananları sorarım. Söz konusu kişileri bulduğumda dizime onları da dahil ederim. Ancak hiçbir zaman, çözümün gerektirdiğinden fazla insan dizmem. Bütün bir sistemi örneğin; bu, anında karmaşa yaratır.

Danışan ne zaman dahil edilir?

BAŞKA BİR KATILIMCI Teknik bir sorum var benim. Danışan, ancak herkesin doğru yerini bulmasının ardından mı dizime katılıyor?

HELLINGER Normalde, evet. Diğerleri durumu ona daha önceden yansıttığında bu, başlangıçtan itibaren dizimin içinde yer almasına kıyasla danışanı çok daha farklı etkiliyor. Başından itibaren dizimde olması direnç yaratabilir. Dizimdeki diğerleriyse daha az direnç sahibi. Bu nedenle de izlenim başlangıçta diğerlerinden geldiğinde çok daha güçlü oluyor. Ancak öyle durumlar da var ki, danışanları resmin içine hiç almam. Sözgelimi büyük bir utangaçlık ya da utanç içinde olduğunu gördüğümde danışanı korur ve yalnızca izlemesini sağlarım.

Ölmüşler yaşayanlara ne yakınlıkta durmalı?

KATILIMCI KADIN Ölmüş erkek kardeşi kız kardeşinin yanına yerleştirdin. Erkek kardeşin bu kararının onurlandırılabilmesi için biraz mesafe bırakmak gerektiğini hissettim ben. Bunu neden yaptın?

HELLINGER Onun kız kardeşinin yanı başında olması gerekiyordu.

Frieda'ya Doğru mu?

Frieda başını evet anlamında sallar.

HELLINGER Yanıt buydu. Başıyla onaylaması. Yoksa teorik düşüncelere dalar, dinamiği gözden kaçırırız. Dinamikten hareketle durum son derece açıktı. Erkek kardeş Frieda'nın yanında durmak istemese kendiliğinden uzaklaşırdı; orada kalamazdı. Dolayısıyla ben bütünüyle o andaki dinamiğe güveniyorum.

Dizim: Eroin bağımlısı kız evlat – Yetersiz eril güç

HELLINGER Georg’a Söz konusu olan nedir?

GEORG Eroin bağımlısı bir kızım var.

HELLINGER O halde güncel aileni dizelim: Kimlerden oluşuyor?

GEORG Karım, ben, bizim bir kızımız, karımın da ilk evliliğinden iki çocuğu daha var.

HELLINGER Neden ayrılmış?

GEORG Çok farklılarmış birbirlerinden, yolları ayrılmış. Karım aslında başka biriyle evlenmek isterken bir takım nedenlerden ötürü o adamla evlenmiş.

HELLINGER Neden başkasını istiyormuş?

GEORG Bana söylediği kadarıyla kendisini diğerine daha fazla bağlı hissediyormuş.

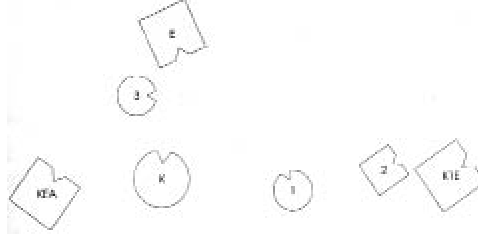
HELLINGER Bu adam da gerekiyor bize. –Sen daha önce ciddi bir ilişki yaşadın mı?

GEORG Hayır.

HELLINGER Karının ilk evliliğinden olan çocukları kimin yanında büyüdü?

GEORG Karımın. Ama oğlu çok mesafeli. Kızı da ondan uzaklaştı biraz. Yine de ilişkileri sürüyor.

1. Resim



K Kadın

1E Kadının ilk eşi, 1 ve 2’nin babası

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, erkek

E Erkek (=Georg), 3’ün babası

3 Üçüncü çocuk, kız, eroin bağımlısı

KEA Kadının erkek arkadaşı

HELLINGER Koca nasıl?

ERKEK Çelişik duygular içindeyim. Bir yandan, çocuğumuzu böyle bölüp ayırdığımız için müthiş bir öfke duyuyorum, öte yandan hiçbir şey yapamamanın çaresizliğini yaşıyorum. Ayrıca karımın erkek arkadaşını gırtlağından tuttuğum gibi yere yatırmak ve ne pisliğin döndüğünü nihayet ortaya çıkarmak istiyorum.

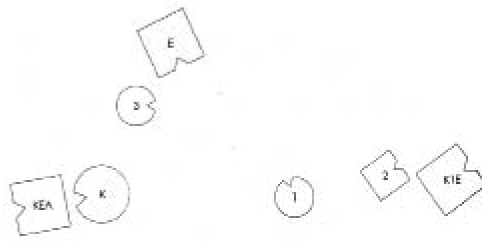
HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Sol yanımdan, erkek arkadaşım tarafından büyük bir sıcaklık geliyor. Güler. Şaşırtıcı bu. Beni rahatsız eden, tek bir çocuğu görüp diğer çocuklarımı görememem. Kocam çok uzakta.

HELLINGER Burada çözüm avucumuzun içinde. Tek bir çözüm var.

Hellinger erkek arkadaşın yüzünü çevirir, kadını da onun arkasına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER Çözüm bu. Erkek şimdi nasıl?

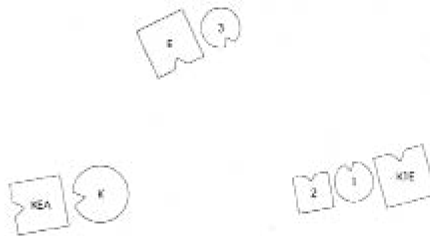
ERKEK Kadın arkasını döndüğü anda gerilim azaldı. Şimdi yalnız ve üzgünüm.

HELLINGER Kız nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Daha önce berbattım. Kendimi yalnız hissediyordum. Başkasına zarar vermemek için kendime zarar verebileceğimi hissediyordum. Şimdi her şey biraz daha açık. Hâlâ boşluğa bakıyorum ama biraz daha sakinim.

Hellinger kızı babasının soluna, kadının yüzünü çevirdiği ilk kocasının yanına da onun çocuklarını yerleştirir.

3. Resim



HELLINGER Burada, babanın yanında olmak nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Daha iyi, daha açık. Sanki burada huzur bulabilirmişim gibi geliyor.

HELLINGER Oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Şimdi iyi. Daha önce çok dışlanmıştım. Doğru değildi.

İLK ÇOCUK Ben de daha iyiyim.

İLK KOCA Ben de çok daha iyiyim.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Ben iyi değilim. Burada kendimi cezalandırılmış hissediyorum. Güler.

HELLINGER Haklı olarak.

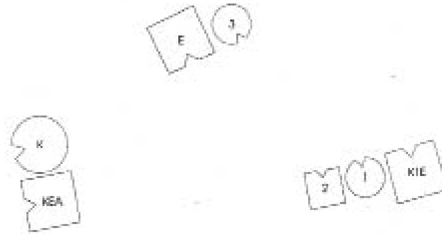
Grupta gülüşmeler

HELLINGER Erkek arkadaş nasıl?

KADININ ERKEK ARKADAŞI Dizimin ilk halinde çok iyiydim. Sonra yüzümü çevirdiğinde tamamen koptuğumu düşündüm ama kadını da çevirdiğini fark ettim. Bunu gördüğümde içimi birden büyük bir sıcaklık kapladı yeniden ve aslında onun benim yanımda durabileceğini düşündüm.

HELLINGER Bunu yapabiliriz.

4. Resim



HELLINGER Kadın ve erkek arkadaşı pek de mutlu görünmediğinde Aşk rüyası gerçeğinden biraz daha güzeldir.

Grupta gülüşme ve alkışlar.

HELLINGER Georg’a Şimdi yerine geçmek ister misin?

Georg kızının önce sağına geçer, ardından soluna geçmek ister.

HELLINGER Hayır, hayır, yerinde kal.

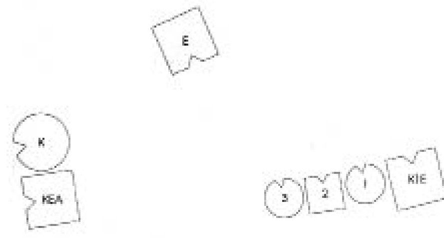
GEORG Kadın benden çok uzakta. Onu görmem gerek. Bana daha yakın olmalı.

Kızı “Yoo!” diyerek başını sallar.

HELLINGER gruba Kızın güvenebileceği kimsesi yok.

Hellinger onu üvey kardeşlerinin yanına yerleştirir.

5. Resim



HELLINGER Böyle nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Ben deminki yerimdeyken bunu istemiştim. Georg kendi yerini almadan önce daha güvende olduğumu hissetmiş, onun bana bunu verebileceğini ummuştum. Ama “Karım daha yakına gelmeli” dediğinde içimden hayır, ben bunu istemiyorum diye geçti. Burada, kardeşlerimin yanında nerede olduğumu bildiğimi hissediyorum. Nereden yardım alacağımı, yardımın babadan mı geldiğini bilemesem de eşitlik var burada. Eş değerli ve doğru basamakta duruyorum.

HELLINGER Bağımlılık konusunda söylemek istediğim bir şey var. Madde bağımlılığı, anne kocayı aşağı gördüğü ve çocuğa babadan hayır gelmeyeceği, sadece anneden geleceği mesajını ilettiğinde oluşur. O zaman da çocuk kendisine zarar verecek kadar fazla alır. Bağımlılık, çocuğun babadan alamayışının anneye yönelik öcüdür. Bundan ötürü, babanın da

çocuğa vermesi, çocuğun babadan alması, bunun da annenin karşısında yapılmasıyla iyileştirilir.

Burada bu mümkün değil. Fark ettiniz mi? Erkek, çocuğa gereksindiğini vermeye hazır değil. Çocuk ihtiyaç duyduğu şeyi ne annesinden alabiliyor ne de babasından. Geriye yalnızca kardeşleri kalıyor.

İlk kocaya Kızın senin çocuklarının yanında durması senin için nasıl?

İLK KOCA Bir şey değişmiyor.

HELLINGER gruba Hepsi arasında en güvenilir olan o, çok daha güvenilir olan. Çocuk orada güvende, oraya gitmeli.

Georg'a Duruma senin için açıklık getirebildim mi?

GEORG Evet. Ancak bunu gerçekte yerine getirmek zor.

HELLINGER gruba Benim tahminim, Georg'un kendisinin babasız olduğu. O da babasına yönelemiyor.

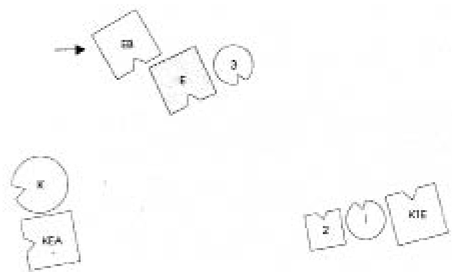
Georg'a Senin ailende nasıldı durum?

GEORG Babasız büyüdüm, karım da öyle.

HELLINGER İşte bulduk. Bu ailede kızı kurtarabilecek eril güç yok. – Şimdi Georg'un babasını da dizime ekleyelim ve neyin değiştiğine bakalım.

Hellinger babasını Georg'un sağ tarafına, arkasına gelecek şekilde yerleştirir.

6. Resim



EB Erkeğin babası

HELLINGER Kız şimdi nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Benim için o (erkeğin babası) daha sevimli. Yüksek sesle güler.

HELLINGER kıza Şimdi babanın yanına geç.

HELLINGER Nasıl?

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Az öncekinden daha iyi.

GEORG Benim için de iyi.

HELLINGER Artık kızına bakabilir, karından vazgeçebilir misin?

GEORG tereddütle Evet, evet.

HELLINGER Tamam, bu kadar o halde.

Gruba Bu konuda sorusu olan var mı?

KATILIMCI KADIN Neden kızı babanın soluna yerleştirdin?

HELLINGER Anneden uzakta olması için.

KATILIMCI Benim için tam da doğru değildi. Ben Georg'u öylece bırakmazdım. Belki bir öğüde daha ihtiyacı olduğunu düşünüyorum.

HELLINGER Onu kendi ruhuna emanet ediyorum.

Annelerinin kocayı izlemek zorunda olması gibi çocuklar da babayı izlemelidir

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Baba saygı görmüş olsa bağımlılığın oluşmayacağını ya da ortadan kalkacağını söyledin. Bunu kendimle ilintilendirdim. Babam yoktu. Ben dört yaşındayken savaşta ölmüş. Ona çok saygı duyardım. Daha küçüklüğümden onu çok aramış olmalıyım. O ve ailesi mütevazı bir çevreden geliyor, annemin ailesince pek sayılmıyorlardı. Ne yapılabilir bu durumda?

HELLINGER Öncelikle içsel olarak babanın yanına geçilir, anneye küstah bir bakışla "O benim için senin kadar önemli. Senden aldığım gibi ondan da her şeyi alıyorum" denir. Ardından soyadı söylenir –babanın soyadının Schmitt olduğunu varsayalım- ve anneye "Ben bir Schmitt'im" denir. Eğer anne hayattaysa bu gerçekte de yerine getirilmelidir. Çok zordur. Azami cesaret ister.

Kadın erkek ilişkisi ve aile içinde sevgi düzeni, kural olarak kadının erkeği izlemesini gerektirir. Yani kadın erkeği ailesinde, farklı bir dil konuşuyorsa dilinde, kültüründe, hatta belki dininde izler. Bu, çocukların babayı ailesinde, kültürü, ülkesi, dili ve dininde izlemesine izin vermesi anlamına gelir. Bu olguya kanıt gösteremem. Bunun ataerkillikle filan ilgisi yok. Ama etkisi, birden gelen huzurda, böyle bir aileye bir anda gelen olumlu güçte görülüyor.

Bunun bildiğim tek istisnası, babanın ailesinin ağır alınyazılarının yükü altında olduğu bir durum. O zaman çocukların babanın etki alanından annenin etki alanına, babanın ailesinin etki alanından annenin ailesinin etki alanına geçmesi zorunlu.

Grup çalışmalarından birinde psikotik bir kadın hasta ile annesi vardı. Aileyi dizdiğimizde anne, "Çocuklarım yarım kan Arap, çünkü Suriyeli bir Arap'la evlendim" dedi. Ancak baba aileyle birlikte Almanya'da yaşamaktaydı. "Çocukların Suriyeli, bu senin için açık mı?" diye sordum. Kadın sorunla açıkça yüzleşmemişti. Sözgelimi kızının hangi dini

benimsediğini bile bilmiyordu. Kızına sordum. “Müslüman’ım” dedi. Bu ailede anne daha önce bunu bilmek durumunda değildi.

Ardından tıpkı bir ailenin dizimini yapar gibi iki ülkeyi dizdik. Suriye’yi temsil eden adam, “Kendimi öyle verici hissediyorum ki” dedi. Anne, “Bu çok doğru” diye karşılık verdi. Almanya, dizimde onurlu bir yer aldı ama öncelik açıkça adamın kültürü, dili ve dinindeydi. Bu ortaya çıktığında ve kız da orada yerini alma olanağına kavuştuğunda çok mutlu oldu ve kendinin ve yerinin doğru olduğunu hissetti.

Söylediğim cümle bir ikincisiyle tamamlanmak zorunda; denge o zaman yerine oturur. Cümle şu: “Erkek dişiye hizmet etmelidir”. Kadının erkeği izlemesi, erkeğin de dişiye hizmet etmesi sevgi düzeninin gereğidir.

KATILIMCI Benim bir sorum daha olacak. Suriyeli Almanya’da yaşıyorsa da Suriyelidir, Suriyeli babadır. Suriye’ye gitmesi, karısının da onu izlemesi gerekmez mi?

HELLINGER Ben pek emin değilim.

BAŞKA BİR KATILIMCI Benim de bir sorum var. İncil’de, erkek anasıyla babasını terk ederek karısına bağlanır ifadesi yer alıyor. Yetiştiğim yerde, Westfalen’da şöyle söylenir; ailede oğul evlendiğinde ebeveyn bir oğul kaybeder, kız evlendiğinde ebeveyn bir damat kazanır. Senin söylediğin bunun tersi bir anlam mı taşıyor?

HELLINGER Böyle bir damat için ancak “vah gariban!” derdim.

Grupta gülüşmeler.

KATILIMCI KADIN Babanın Almanya’ya gelip kendi ülkesiymişçesine burada yaşadığı bir ailede ne yapmak gerek? Benim babam Çek ve hep burada yaşadı. Ailesini gerçekten terk etti, ölmeden önce annesini bir daha görmedi.

HELLINGER Çekçe biliyor musun?

KATILIMCI KADIN Hayır.

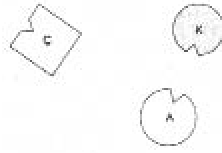
HELLINGER Öğrenmelisin! –Ana babası iki ayrı ülke kökenli olan çocukların iki vatanı vardır. Bu çok önemlidir. Bununla birlikte babanınki öncelik taşır, anneninki de büyük saygı görür.

KATILIMCI KADIN Açıklayamadığım bir şey yaşıyorum, ikiye bölünmüş gibiyim.

HELLINGER gruba Bir sınama yapalım ve az önce diğer vakada söylediklerimi bu kadının örneğinde sergileyelim.

HELLINGER Bu katılımcıya Şimdi Çek Cumhuriyeti için birisini, Almanya ve kendin için de birer kişi seç. Onları şu andaki durumuna göre diz.

1. Resim



Ç Çek Cumhuriyeti

A Almanya

K Kadın (=Danışan)

HELLINGER Çek Cumhuriyeti nasıl?

ÇEK CUMHURİYETİ Kötü. Burada değilim.

HELLINGER Almanya nasıl?

ALMANYA Tek bir kişi görüyorum; kadını.

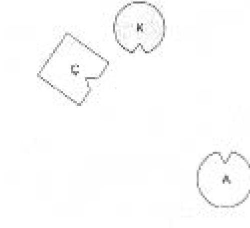
HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN İyi değil. Çek Cumhuriyeti’nin yokluğunu hissediyorum, Almanya’da gördüğüm şey ise hiç bana göre değil.

HELLINGER Çek Cumhuriyeti'ni çevirerek kadına sorar Çeşitli yerleri denediğinde nereye gitmek istiyorsun, kendini en iyi hissettiğin yer neresi?

KADIN Çek Cumhuriyeti'ne gitmek istiyorum.

2. Resim



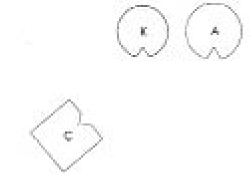
HELLINGER Çek Cumhuriyeti şimdi nasıl?

ÇEK CUMHURİYETİ Daha iyi. Ama Almanya'ya doğru bir itki hissediyorum.

HELLINGER Almanya nasıl?

ALMANYA Ben bir şey kaybettim.

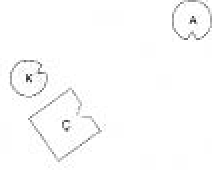
3. Resim



HELLINGER Danışana Dizimde kendi yerini almak ister misin? Birinden birine ne kadar yakın olmak istediğini kendin sınayabilirsin.

Danışan Çek Cumhuriyeti'nin hemen yanında durur ve güler.

4. Resim



HELLINGER gruba Pekâlâ, bir çocuğun kendisini iyi hissetmesi için babasını ülkesinde izlemesi gerektiğini gösterebildim mi?

Grupta gülüşmeler.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Bu konuda bir sorum var. Sizin görüşünüze göre benim oğlum bir İspanyol. Altı yaşında ve babasıyla hiçbir ilişkim yok. Onun için nasıl bir durum söz konusu?

HELLINGER Çocuğun İspanyol büyük ana babası var mı?

KATILIMCI Büyükbabası hayatta, evet.

HELLINGER Babanın da bir ailesi olduğu çoğu zaman unutulur.

KATILIMCI Ha, bir de amcası var.

Grupta gülüşmeler

Dizim: Erkeklere karşı hiçbir empati yok

HELLINGER gruba Yanımda oturan kadınla çalışmak istiyorum şimdi. Sizlere kısaca konunun ne olduğunu söyleyecek.

HEIDI Göğüs kanseriyim. İki hafta önce ameliyat oldum, kesin sonucu da ancak o zaman almıştım. Annem de dokuz yıl önce göğüs kanserinden öldü. Güler.

HELLINGER Evli misin?

HEIDI Evliyim, iki çocuğum var. Büyük oğlum başka bir adamdan –dizime herhalde o da katılacak. Güler. Onunla evli değildim. Şimdiki eşim bu çocuğu evlat edindi.

HELLINGER Korkunç.

HEIDI Sonra ondan bir kızım oldu. Eşimin bir çocuğu daha var ama onunla bir ilgim yok. Çocuk önceki bir ilişkisinden.

HELLINGER İlk eşinle neden evlenmedin?

HEIDI İstemedim. Bir çocuğum var artık, bu kadarı yeterli, diye düşündüm ve onun benim için uygun eş olmadığını.

HELLINGER Öyle mi? –Ya şimdiki eşin? O daha önce evli miydi yoksa yalnızca bir ilişkisi mi vardı?

HEIDI Bir ilişkiymiş. Evlenmek istemiş ama çocuğun annesi istememiş.

HELLINGER Çalışmaya güncel sistemle başlıyorum. Önceki eşine –öyle diyelim-, sana, bu ilişkiden olan çocuğuna, şimdiki eşin önceki karısı, ilk çocuğu ve ikinizin ortak çocuğuna ihtiyacımız olacak. Kocanın önceki eşi evlendi mi?

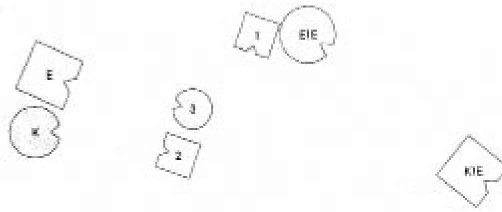
HEIDI Hayır, çocuğunu tek başına büyüttü.

HELLINGER İlk eşin sonradan evlendi mi?

HEIDI Bilmiyorum. Hiçbir ilişkimiz kalmadı. Yaşadığımız bir evlilik de değildi zaten.

HELLINGER Ortada bir çocuk varsa bu, iki insanı bir evlilik gibi bağlar. O zaman da senin yaptığın gibi hareket edilemez. O senin ilk eşindi. Şimdi duruma daha yakından bakacağız. Temsilcileri diz.

1. Resim



K Kadın (=Heidi), 2 ve 3'ün annesi

K1E Kadının ilk eşi

2 İkinci çocuk, oğlan, şimdiki eş tarafından evlat edinilmiş

E Erkek, 1 ve 3'ün babası

3 Üçüncü çocuk, kız

E1E Erkeğin ilk eşi, 1'in annesi

1 İlk çocuk, oğlan

HELLINGER Erkek nasıl?

ERKEK Burada kendimi bir çocuk kulübünde gibi hissediyorum. İlk karım ve ilk çocuğumla hiçbir ilişkim yok.

HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Çocuklar yoluma dikilmiş, beni ilk eşimden ayırıyorlar. Aramızda duruyorlar.

HELLINGER Oğul nasıl?

İKİNCİ ÇOCUK Babama gitmek istiyorum.

HELLINGER Peki burada nasılsın? Ne hissediyorsun?

İKİNCİ ÇOCUK Darlık.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Anneme çok yakınım. Anne fazlasıyla yakın, babaysa çok uzak.

HELLINGER Böyle bir ailede ilk eşin oğlu yeni ailesinde babasını temsil edecek, annesi ve üvey babasına karşı babasının duygularını taşıyacaktır. Kız da babasının ilk eşini temsil ederek ona ve annesine karşı ilk eşin duygularını hissedecektir. Sarsılmaz bir yasadır bu. Saygı görmeyen eski bir eşin olduğu her yerde bu eş, bir sonraki evlilikte çocuklar tarafından temsil edilir ve takdiri orada arar. –İlk eş nasıl?

ERKEĞİN İLK EŞİ Önceki partneri görmek istiyorum. Diğer erkeğin sırtını bana dönmüş olması beni rahatsız ediyor.

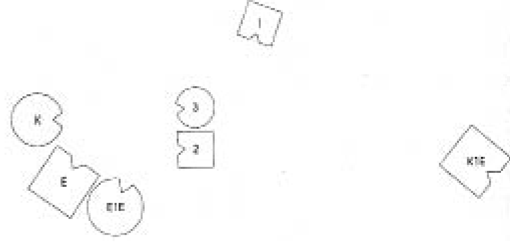
İLK ÇOCUK Ben hiçbir ilişki hissetmiyorum. Nereye ait olduğumu bilemiyorum.

KADININ İLK EŞİ Ben kendimi dışlanmış, aldatılmış, tecrit edilmiş ve öfke dolu hissediyorum.

HELLINGER Bu duyguları oğlu bu ailede temsil edecek. –Şimdi belirli bir düzen oluşturalım.

Hellinger kadını erkeğin soluna, ilk karısını da erkeğin sağına yerleştirir.

2. Resim



HELLINGER büyük oğla Nasılsın? Az önce güldün?

İLK ÇOCUK Kadın ve babamın yanına gidebilmeyi ve onların yanına yerleştirilmeyi beklemiştim. Oraya gitmek istiyorum. Gidebilirsem kendimi bu kadar yalnız hissetmeyeceğim.

HELLINGER Erkeğin ikinci eşi nasıl?

KADIN Ayaklarımın altından yerin çekildiğini hissediyorum. Kendimi rahat, iyi hissetmiyorum.

HELLINGER Erkek nasıl?

ERKEK Kadın bana fazlasıyla yakın.

HELLINGER Kim?

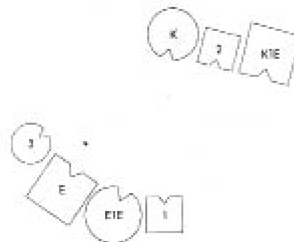
ERKEK O.

Şimdiki eşini göstererek ilk eşine yaklaşır.

HELLINGER İlk bağ onunla kurulmuş.

Hellinger çözüm resmini oluşturur.

3. Resim



HELLINGER Şimdi nasıl?

Kadının şimdiki eşi başıyla onaylar.

KADIN İyi.

İLK ÇOCUK Tamam böyle.

İKİNCİ ÇOCUK Evet, böyle iyi.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK İyi.

KADININ İLK EŞİ Halimden memnunum ama kadının olanı tamir etmesine ihtiyaç duyuyorum. Benim sol tarafımda olmalı.

Kadın güler.

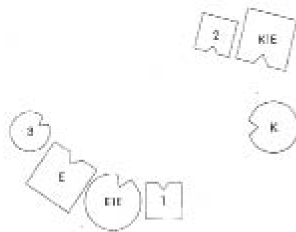
HELLINGER Daha fazla sürdürmek istemiyorum.

HELLINGER Heidi’ye Kendi yerine geçmek ister misin?

HEIDI Bir sessizliğin ardından Burası benim yerim değil. Kızımla kocam neredeler?

HELLINGER Daha iyi bir yer bulup bulamayacağını sınayarak gör. Lütfen. Dizime katılmak ve bunun sen ve diğerleri için nasıl olduğunu görmek durumundasın. Bunu yalnızca aklınla yapamazsın.

4. Resim



HELLINGER İkinci eşi buna ne diyor?

ERKEK Biraz tuhaf. Nereye ait olduğunu bilmesi gerek. Ait olduğu yer burası değil.

HELLINGER Heidi'ye Hepsini kaybetmişsin.

Gruba Varlıklarını hiç dikkate almaksızın nasıl davrandığını görüyor musunuz onlara? İlk ve ikinci eşlerinin ne hissettiğini hiç düşünmüyor. Görünürde erkeklere karşı hiçbir empati yok. Canının istediği gibi hareket edebileceğine inanıyor. Şimdi iki arada bir derede: İşte sonuç.

Heidi'ye Kimi zaman kanser kefarettir. Göğüs kanseri ise, gözlemime göre –bunun da son derece kısıtlı olduğunu belirtmeliyim- bir erkeğe yapılan haksızlığın kefareti bazen.

Gruba İlk eşine ve babası elinden alındığı için oğluna büyük bir haksızlık yapılmış. Hatta oğul evlat edinilmiş. Böylece babası bir kez daha elinden alınmış; yalnızca öteki aileye geçmek zorunda kalmamış, babasının adından bile vazgeçmesi gerekmiş.

Heidi karşı çıkar.

HELLINGER Burada neyin yasal olduğunun benim için hiçbir önemi yok. Oğlun kendisini iyi hissetmesi için babasının adını taşıması gerekiyor.

Gruba Burada gördüğümüz, annelik hakkı, farkında mısınız? Çocuklar söz konusu olduğunda belirleyici olan yalnızca kadınlar.

Heidi'ye Çalışmaya bu noktada son veriyor, etkisini senin üzerinde göstermeye bırakıyorum.

Yakın geçmişin önceliği

HELLINGER gruba Heidi’nin köken ailesi ile ilgili, çalışma sırasında dile getirilmemiş başka bir dinamik daha var. Ama güncel durum göz önünde bulundurulmadıkça önceki sistemi ele almanın bir yararı olmaz. Önden, güncel olandan başlanır. Ancak ondan sonra geriye doğru gidilir. Güncel yaşamda yapılması gereken düzene sokulmadan çözümü geçmişte aramak işe yaramaz.

Gözetilmesi gereken bir şey daha var. Sorunlar arasında bir hiyerarşi bulunur. Yakın geçmişin uzak geçmiş, dolayısıyla güncel ailenin köken aile karşısında önceliği vardır. Dolayısıyla güncel ailede önemli bir konu çözüme kavuşturulmak durumundaysa, köken ailede henüz çözüm bulmamış olan önemini ve gücünü kaybeder.

Önceki eşler daha sonra çocuklar tarafından temsil edilir

KATILIMCI O sarsılmaz yasayı bir kez daha tekrarlar mısınız lütfen?

HELLINGER Hangi sarsılmaz yasa?

KATILIMCI Bu dizimin başlangıcında sarsılmaz bir yasadan söz ettiniz.

HELLINGER Hatırladım. Önceki bir eşe duyulan bir bağın söz konusu olduğu her durumda –böyle bir bağın olup olmadığı saptanabilir; bir ilişkide çocuk olmuşsa bundan da her zaman güçlü bir bağ doğar- ve eşler daha sonra başka ilişkilere girmişlerse, ortak çocukları varsa, bu önceki eşler çocukları tarafından temsil edilirler; kendilerine yapılan haksızlığın öcü, bu çocuklar tarafından kendi ana veya babalarından alınır.

Bu dizimde bunun şu anlama geldiği söylenebilir; kız, eğer bu eşe yapılan haksızlık görülüp düzeltilmezse babasının önceki karısını temsil edecek; oğul da annesinin önceki eşini, yani bu durumda kendi babasını yeni aile içinde temsil edecektir.

Şimdiye kadar bu dinamiğin hiçbir istisnasına rastlamadım. Bundan ötürü bir dizimde böyle bir durum ortaya çıktığında işe onunla başlar, ancak çözümü bulduktan sonra bir sonraki adıma geçerim. Bu nedenle bir dizimden önce her zaman ana babanın önceki ilişkilerini sorarım.

KATILIMCI KADIN Çocuğun önceki bir eşi temsili cinsiyetine mi bağlıdır? Yoksa bir kız da annesinin önceki bir partnerini temsil edebilir mi?

HELLINGER Bir evlilikte yalnızca bir kız olmuşsa annenin önceki partnerini bir kız çocuk da temsil eder. Yalnızca bir oğlan çocuk varsa, babanın eski eşi ya da sevgilisini sıklıkla o temsil eder. Bu durumda oğlun eşcinsel olma tehlikesi vardır. Bu kadınlar için de geçerli midir, bilmiyorum ama erkeklerde böyle olduğunu gördüm.

Evlilik sırasında doğan evlilik dışı çocuklar

KATILIMCI KADIN Bir evlilik sırasında evlilik dışı doğan çocukların durumu nedir?

HELLINGER Gizlenen çocukların mı?

KATILIMCI KADIN Evet.

HELLINGER Bu çocuklar her zaman babaya aittir.

KATILIMCI KADIN Peki ya bu tekrarlandığında? Babam evliyken evlilik dışı bir çocuğu oldu, kocamın da.

HELLINGER Bu ayrımı yapmak gerekir. Bir erkek evliyken başka bir kadından çocuğu olduğunda evliliğini bırakıp bu kadına gitmek zorundadır. Yeni sistem eskisinin önünde gelir. Erkek bunu yapmazsa durum herkes için kötüdür. Evliliğinden birçok çocuğu olmuş olsa bile, yeni bir ilişkisi, bu ilişkisinden de çocukları olmuşsa bu kadın ve çocuklarına gitmek zorundadır. Elbette diğer çocukların babası olarak kalacak, onlardan sorumlu olmaya devam edecektir. Ama ilişki ancak yeni kadınla olabilir. Bu, evli olduğu eşi için çok ağır bir yüktür ama bunun dışındaki her şey aslında çok daha kötü olacaktır.

Bir kadın evliyken başka bir erkekten çocuğu olduğunda çocuğun her zaman bu diğer erkeğe, yani babasına gitmesi zorunludur. Bu durumda kadının evliliği görünürde sürse bile doğal olarak biter. Kadının da diğer erkeğe gidip gidemeyeceği söylenemez ama çocuk babasına gitmek zorundadır. Normalde babanın yanından daha güvende olacağı başka bir yer yoktur.

KATILIMCI Şöyle bir durumu ele alalım. Bir evlilik yapılır, kocadan olmayan bir kız doğar ve üstü kapatılır. Kız şimdi yirmi altı yaşındadır. Konu açılmalı mı açılmamalı mı?

HELLINGER Mutlaka açılmalı. Ana babasının kim olduğunu bilmek temel insan haklarındandır. Çocuk mutlaka babasına gitmelidir. Bu onun için

yegâne güvenli yerdir.

KATILIMCI KADIN Çocuğun babasına gitme zorunluluğunu dayatan bu düzenler, yasalar nerden kaynaklanıyor? Bunu nasıl açıklıyorsunuz?

HELLINGER Ben yalnızca bunun dışındaki her şeyin daha kötü olduğunu görüyor ve kötünün iyisini alıyorum. Bu da çoğu zaman talih olarak koyuyor kendini ortaya. Gözlemle edinilen, bütünüyle fenomenolojik bir yaklaşım.

Grupta gülme ve alkışlar

Kürtajlar çocukları ilgilendirmez

KATILIMCI Çocuklar ebeveynlerinden düşük ve kürtajları öğrenmeli midir?

HELLINGER Hayır. Düşük ve kürtajlar ebeveynin mahrem ilişki alanına girer ve çocukları ilgilendirmez. Çocuklara söylenmemelidir, söylenmişse de çocuklar bunları unutmalıdır. Ana babaya sevgiyle yöneldiğinde ve sırlarını kendilerine bıraktığında kişi bunları unutabilir. Ancak ölü doğan çocuklar yalnızca ebeveyne değil, bütün aileye aittir ve bu çocuklara söylenebilir, söylenmek de zorundadır.

KATILIMCI KADIN Ya çocuklar düşük ve kürtajlar konusunda soru sorar ve cevap alamadıklarında ne olur?

HELLINGER Doğru olan, ana babanın bu konuda bir şey söylememesidir. Çocuklara düşmeyen bir soru ve onların üzerinde yer alan sisteme müdahale anlamına gelir bu.

Hiçbir çözüm olmadığında

KATILIMCI KADIN Size dünden beri sormak istediğim bir soru var. Dün gördüğümüz, sizin de "Buradan ileri gidemem, bu noktada son vermek zorundayım" dediğiniz gibi aile dizimlerinde herhangi bir çözüm olmadığında ne olur? Sizin bir seferinde çok zorlu bir alınyazısı karşısında kişide özel bir güç geliştiğini söylediğinizi de duymuştum. Dünkü "Tanrı katı ve yeryüzü" konulu konuşmanızda da, bu seminer sırasında da bu konuya değinmediniz. Bu konuda biraz daha bilgi verir misiniz?

HELLINGER Bir çözüm bulunamadığında ya da herhangi bir çözümün olmadığı birden gün yüzüne çıktığında terapist için çalışmaya son vererek çözümden vazgeçmek, olabilecek en zorlu müdahalelerden biridir. O zaman, çözülmemiş sorunun bütün gücü danışanda olur ve eğer danışan kendisini ona bırakırsa bu güç, çözümü arar. Bu yıllarca sürebilir ve bir başkasının her müdahale isteği durumu kötüleştirmekten başka bir işe yaramaz. Ben, her danışanın sorununu çözebilecek güçte olduğu ilkesinden hareket ediyorum. Sorunu birisi çözecekse bu her şeyden önce danışanın ta kendisidir. Kimse problemini onun gibi taşıyıp çözemez. Korkutucu bir gerçek, diyelim yakında ölecek olduğu, ortaya çıktığı ve çözümü danışana bırakıldığında danışanın bütünüyle özgürleştiğine sıklıkla tanık oldum. Ona hiç de bilinmedik bir şey söylemiyorumdur bu durumda. Bunu bilmektedir. Ancak olguya o ana dek hiç bu kadar açık seçik bakamamıştır.

Dizim: Oğlun geçirdiği kaza – “Senin yerine ben giderim, babacığım”

HELLINGER Isabel’e Bize kısaca durumundan söz et.

ISABEL Oğlum on bir yıl önce büyük bir kaza geçirdi, sakat kaldı. Kocamın ailesinin söz konusu olduğunu sanıyorum, çünkü annesi kazada ölmüştü. Kocamın kız kardeşi de büyük bir kaza geçirdi ama o sağlığına yeniden kavuştu.

HELLINGER Oğlun kaç yaşında?

ISABEL Otuz bir.

HELLINGER Önce güncel aileni dizelim, diğer kişileri sonra alalım. –Kaç çocuğun var?

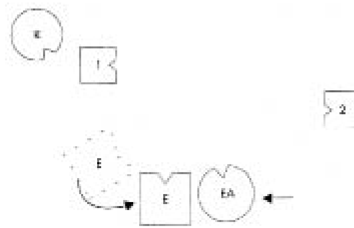
ISABEL İki.

HELLINGER Sen ya da kocan önceden bir evlilik ya da ciddi bir ilişki yaşadınız mı?

ISABEL Hayır.

HELLINGER Peki. Önce kocanı, kendini ve çocukları diz, sonra da eşinin annesini.

1. Resim



E Erkek

K Kadın (=Isabel)

1 İlk çocuk, bir kazanın ardından sakat kalmış

2 İkinci çocuk, oğlan

EA Erkeğin annesi

HELLINGER Erkek nasıl? Annenin de dizime katılmasıyla ne değişti?

ERKEK Bacaklarım zayıf ve titrek. Kendimi çok rahatsız hissediyorum. Annem de dizime katıldığında bu daha da arttı.

HELLINGER Ona iyice yaklaş. –Şimdi nasıl?

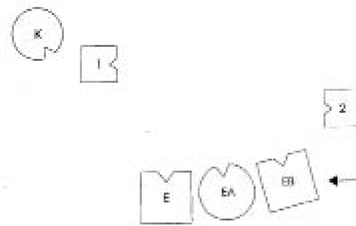
ERKEK Daha iyi. Kendimi daha sağlam hissediyorum ama şimdi de çevremle ilişkim kesildi.

HELLINGER Isabel'e Annesinin ailesinde ne olmuş?

ISABEL Kocası savaşta kaybolmuş.

HELLINGER Onu da ekleyelim.

2. Resim



EB Erkeğin babası, savaşta kaybolmuş

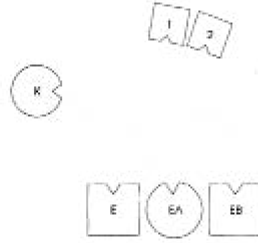
HELLINGER Büyük oğul nasıl?

İLK ÇOCUK Annemi hiç hissetmiyorum. Büyükannemse bana korkutucu geliyor.

HELLINGER Seni şimdi bu güç alanından çıkarıyorum.

Hellinger resmi değiştirir.

3. Resim



HELLINGER Kadın nasıl?

KADIN Daha iyi. Demin çok kötüydüm. Büyük oğlumun yüreğimi ezdiğini hissediyordum. Erkekle hiçbir ilişkim yok. Annesi de geldiğinde durum tehditkâr bir hal aldı. Şimdiyse oğullarıma doğru bir akım hissediyorum. Daha serbestim. Derin nefes alır.

HELLINGER Oğullar nasıl?

İLK ÇOCUK Daha iyi.

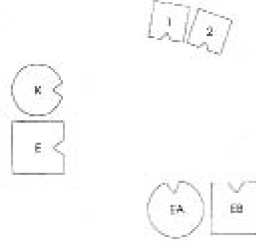
İKİNCİ ÇOCUK Ben de daha iyiyim. Az önce kendimi yitik hissediyordum.

HELLINGER Koca şimdi nasıl?

ERKEK Doğru yerdeyim. Karıma doğru çekiliyorum.

Karısının yanına geçer ve yüzü güler.

4. Resim



HELLINGER Isabel’e Bende oluşan resim, kocanın hem babasını hem de annesini izlemeye doğru çekildiği. Ama kocan onların peşinden gideceğine oğlu bu kazayı geçirmiş. Bende oluşan resim bu. Oğul babaya “Senin yerine ben giderim” diyor. Ama ölmüşler görüş alanına girip kabul gördüğü an kocan da oğlun da kalabilir.

ISABEL Kabul gösterdiği ve ?..

HELLINGER Ölmüşleri saydığı ve onlara korkusuzca, açıkça baktığı an. Bunu şu anda yaptığı görülebiliyor. Ondaki değişimi görüyor musun?

ISABEL Evet.

HELLINGER Çocuklarınız bu durumda özgürleşir. Ancak çocukların annenin etki alanına girmesi gerek. Çünkü babanın ailesi fazlasıyla yük altında. Tamam mı? -Şimdi seni yerine yerleştireceğim. Kocasının yanına geçen Isabel’e Kocana oğlunuzun bakımını birlikte üstleneceğinizin güvencesini ver şimdi. Bunu söyle ona!

ISABEL Kocasına Oğlumuzun bakımını birlikte üstleneceğiz.

HELLINGER Bunu işittiğinde erkek kendini nasıl hissediyor?

ERKEK Bunu kabul etmek gücüme gidiyor. Kendimi az önce burada çok güçlü hissetmiştim; söylediğini kabul etmek zor geliyor.

HELLINGER Isabel’e Ona “Oğlumuzun bakımında sana yardımcı olacağım” demen gerek.

ISABEL Oğlumuzun bakımında sana yardımcı olacağım.

HELLINGER erkeğe Böyle daha mı iyi?

ERKEK Daha iyi.

HELLINGER gruba Asıl sorumluluk erkeğe ait. Kadın ona yardımcı olabilir ama sorumluluğu paylaşamaz. Erkek o zaman yardımını kabul edebilecek. Baş sorumluluk onun, çünkü oğul bunu onun için ve onun yerine yapmış.

Isabel'e Bu senin için yeterince açık mı?

ISABEL Durumun böyle olduğu açık benim için.

HELLINGER Tamam, bu kadar.

Gruba Bu konuda sorusu olan var mı?

KAZA GEÇİREN OĞLUN TEMSİLCİSİ Kişi böyle bir kurban rolündeyken ona düşen nedir? Nedir kurban için doğru olan?

HELLINGER Bunu atladık. Onun için de bu soru çok önemli, tamamlayıcı bir soru.

Oğul burada olsa ondan babasına şöyle demesini isterdim: "Babacığım, bunu senin için severek üstlendim." Gerçek bu. Ve gerçek gün yüzüne çıktığında ondan güç doğar. -Bunu hissedebiliyor musun?

KAZA GEÇİREN OĞLUN TEMSİLCİSİ Evet. –Oğlun, bunu neden babanın kendisinin yapmadığını düşünmesine gerek kalmaz mı o zaman?

HELLINGER Hayır, gerek kalmaz. Geri dönüşü olmayan bir alınyazısı taşımakta. Ama dönüp geriye baktığında onu harekete geçireni görür ve bununla barışır daha çok. Ebeveyninin bakımını da tertemiz bir vicdan ve yürekle de kabul eder ki bu da çok önemli. Çünkü aksi takdirde çocuk ana babasına yük olmaktan korkar. Ama bu şekilde kendisini çok güzel bir masumiyet ve sevgi bağlamında algılar.

BABANIN TEMSİLCİSİ Dizimin sonundaki durum konusunda bir şey söylemek istiyorum. Kaza geçiren oğlumun karşısında dururken kendimi inanılmaz güçlü hissettim ve çok kuvvetli bir bağın varlığını algıladım.

HELLINGER Isabel için önemli bir geribildirim daha.

KATILIMCI KADIN Küçük bir sorum var. Çocuklardan hangisinin böyle bir rol üstleneceğine ilişkin bir kural var mı?

HELLINGER Çoğu zaman büyük çocuk ama değişmez bir kural yok.

BAŞKA BİR KATILIMCI KADIN Burada olup bunu yaşayabildiğim için şükran duyduğumu belirtmek istiyorum. Bu çocuk oğlumla aynı okula gidiyordu. Burada olanları gerçeğe çok uygun olarak algıladım.

Dizim: Anoreksik kız – “Senin yerine ben yok olurum, babacığım”

KATILIMCI Daha önce anoreksiyadan söz etmiştiniz. Bu konuya, nereden kaynaklandığına biraz değinmeniz mümkün mü?

HELLINGER Bu salonda anoreksik birisi var. Sistemini dizip etkili olan dinamiği inceleyebiliriz.

Julia’ya İster misin?

JULIA Evet.

HELLINGER gruba Hastaneden yeni çıktığı için biraz daha iyi beslenmiş görünüyor.

Julia’ya Bir şey anlatmana gerek yok. Yalnızca köken sistemini diz. Kimlerden oluşuyor?

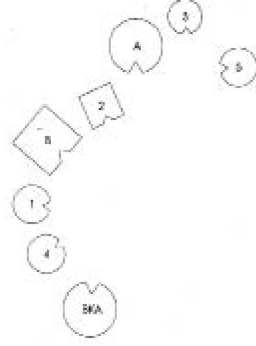
JULIA Babam, annem, ben ve dört kardeşimden. Eski erkek arkadaşımı da katmak isterim, çünkü hastalığım onunla tanıştığımızda ortaya çıktı.

HELLINGER Ona gerek yok. Yalnızca köken ailene ihtiyacımız var. Ebeveyninden biri daha önce evlilik ya da ciddi bir ilişki geçirmiş mi?

JULIA Ciddi bir ilişki değil de, babamın hayatında önemli bir rol oynayan bir kadın olmuş. Onunla bir ilişkisi olmasa da gölgesi hâlâ dolaşıyor.

HELLINGER Onu da dizelim.

1. Resim



B Baba

A Anne

1 İlk çocuk, kız

2 İkinci çocuk, oğlan

3 Üçüncü çocuk, kız, anoreksik (=Julia)

4 Dördüncü çocuk, kız

5 Beşinci çocuk, kız

BKA Babanın kız arkadaşı

HELLINGER Baba nasıl?

BABA Kız arkadaşını temsil eden kadını göstererek O kim?

HELLINGER Gizli kız arkadaş.

BABA Dizime katıldığından beri kendimi iyi hissediyorum.

Grupta gülüşmeler

BABA Ondan önce, kendime bir kadın aramanın vakti diye geçmişti içimden.

HELLINGER Anne nasıl?

ANNE Berbat. Bu sistemde işim ne, bilmiyorum.

HELLINGER Çocuklar nasıl?

İLK ÇOCUK Bir yandan babanın yanında kendimi çok iyi hissediyorum, bir yandan da annemin arkamda olmasını istiyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Ben kendimi çok rahatsız hissediyorum. Anneyle baba arasında kaldım. Annem arkamda, kendimi böyle öne sürülmüş hissediyorum, iyi değilim.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Anneme yardım etmem gerektiğini hissediyorum.

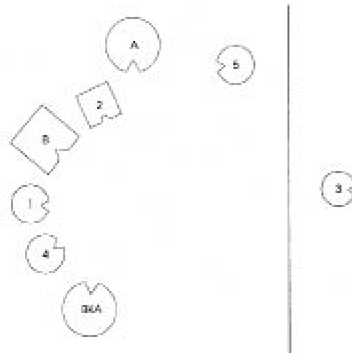
DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Ben annemin yanına gitmek istiyorum. Annemin önünde durduğu için erkek kardeşe kızgınlık duyuyorum. Öteki kadının yanımda ne aradığınıysa bilmiyorum.

HELLINGER Şimdi küçük bir deney yapalım.

Julia'nın temsilcisine Dışarı çık ve kapıyı arkandan kapa bakalım.

Julia dışarı çıkarak kapıyı arkasından çarpar.

2. Resim



HELLINGER Erkekte ne değişti?

BABA Dayanamıyorum. Dayanılır gibi değil.

HELLINGER Ne?

BABA Yokluğu. Çocuğumdu o benim!

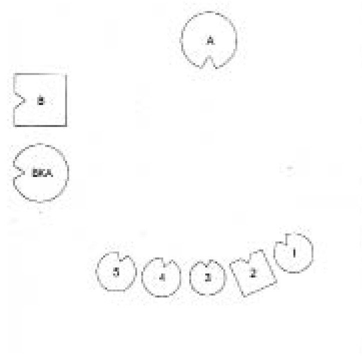
HELLINGER gruba Anoreksiyanın ardındaki dinamik, “Sen kaybolacağına ben olurum, babacığım”dır. Kız giderse baba ailesiyle kalabilir. Buradaki dinamik bu. Baba bu kadına doğru çekiliyor ve anoreksik kız gittiği için o kalmak zorunda. Kötü bir çözüm ama anoreksiyanın anlamı bu. Açıkça gösterebildim mi?

KATILIMCILARIN ÇOĞU Evet.

HELLINGER Şimdi daha iyi bir çözüm arayalım. Onu içeri çağrın!

Hellinger, baba ve kız arkadaşını uzağa, anneyi de çocukların karşısına yerleştirir.

3. Resim



HELLINGER Kadın şimdi nasıl?

ANNE Hafifledim.

İLK ÇOCUK Karmaşa içinde.

İKİNCİ ÇOCUK Daha iyi.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK Sırada olmak güzel.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK İdare eder.

BEŞİNCİ ÇOCUK Karışık.

HELLINGER Baba nasıl?

BABA “Kız arkadaşla bir ilişki olabilir mi, bu bir başlangıç mı?” ve “Hiç mi yürümez?” düşünceleri arasında gidip geliyorum.

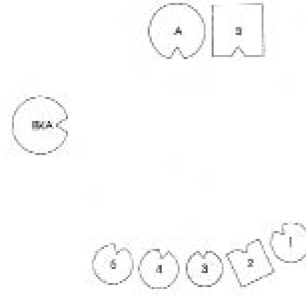
HELLINGER Bu güzel bir düş.

Baba başıyla onaylar

BABANIN KIZ ARKADAŞI Deminki yerimde çok iyiydim. Hepsi görüş alanımın içindeydi ve bunun benin ailem olduğu duygusunu taşıyordum. Şimdi burada hiç iyi değilim.

HELLINGER Şimdi başka bir çözüm denemesi yapalım.

4. Resim



HELLINGER Şimdi nasıl?

ANNE Daha iyi.

BABA Selam çocuklar!

İLK ÇOCUK Kendimi sevgi dolu hissediyorum.

İKİNCİ ÇOCUK Az önce baba gittiği için öfke duyuyordum. Böyle daha iyi.

ÜÇÜNCÜ ÇOCUK İyi.

DÖRDÜNCÜ ÇOCUK Böyle tamam.

BEŞİNCİ ÇOCUK Benim için de iyi.

HELLINGER gruba Kadın erkeği bütünüyle almamış; kendisini erkekle diğer kadın arasına yerleştirirken yaptığının bütünüyle bilincinde değilmiş. Erkek de kadını bütünüyle almamış. Ve ortaya öyle bir durum çıkmış ki, babayı ailede tutmak için onun yerine kız evlat çekip gitmek istiyor.

Julia'ya Kendi yerine geçmek ister misin?

JULIA Kendimi o kadar merkezde hissediyorum ki buna dayanabilmek çok güç.

HELLINGER Mutsuzluk ve ölüm daha kolay. Fark ediyor musun?

Julia başını kuvvetle evet anlamında sallar.

HELLINGER Şimdi anneye bak ve “Anneciğim, ben kalıyorum” de.

JULIA Anneciğim, ben kalıyorum. Anneciğim ben kalıyorum.

HELLINGER “Babam gitse bile ben kalıyorum.”

JULIA Babam gittiğinde bile ben kalıyorum.

HELLINGER Çekinme, kendi sözcüklerinle söyle.

JULIA Anneciğim ben kalıyorum, babam gitse bile.

HELLINGER Ne hissettiriyor bu sana?

JULIA İnanılması güç bir konum bu.

HELLINGER Bu anne için nasıldı?

ANNE İyi. Daha önce, o dışarı çıktığında ben de çıkmak istemiştim.

BABA Bu ifadeler beni özgürleştirdi, suçluluk duygularımdan da kurtardı.

HELLINGER Julia’ya Annenin hemen yanında dur! Bak ona ve “Anneciğim, ben kalıyorum” de.

JULIA Kararlı, berrak bir sesle Anneciğim, ben kalıyorum.

HELLINGER gruba Sesi ne güzel çıktı, değil mi?

Grupta gülüşmeler

JULIA Burada bunu söylemek daha kolay geldi.

HELLINGER Doğru. Dün seninle konuşurken ne demiştim? Senin yerin neresi?

JULIA Burası, annemin yanı.

HELLINGER gruba Çoğu terapötik teorinin aksine anoreksikler annenin yanında güvendedir. Burada bunu kanıtladık. Umarım! –Tamam, bu kadar.

Kusmanın takip ettiği yeme krizleri (Bulimia)

KATILIMCI Bu konuda bir şey sorabilir miyim? –Günümüzde anoreksiya ve bulimia giderek artan bir sıklıkla birbirleriyle karıştırılıyor. Katışıksız anoreksiyaya giderek daha az, anoreksiyadan bulimiaya geçişe ise çok sık rastlanıyor.

HELLINGER Bulimianın ardında anoreksiyanınkinden farklı bir dinamik var. Bulimiada çocuğun yalnız anneden almasına izin olduğu, babadan ise alamadığı ailevi bir durum söz konusu. Çocuk bu durumda anneye duyduğu bağlılıkla ondan alıyor; babaya sadakatiyle de bu aldığını kusup çıkarıyor. Böylece her iki ebeveyne de sadık kalmış oluyor.

Bulimianın tedavisi çok kolaydır. Bulimik hastaya verilen standart talimat şöyledir: Yeme krizi geldiğinde canı ne istiyorsa keyifle satın alıp masaya dizmesi istenir. Sonra eline bir çay kaşığı alıp babasının kucağında oturduğunu hayal ederek ilk lokmayı alacak, ona “Senin yanında yediğimin tadı var, senden severek alıyorum” diyecek ve afiyetle yiyecektir. Bunu her lokmada tekrarlar. Tek başına bu canlandırma bile normalde yeterlidir. Ancak bunu bir ritüel şeklinde değil, her seferinde yeniden hissederek ve talimat doğrultusunda değiştirerek yapmak gerekir.

Anoreksiyanın bulimiayla karıştırılmasına gelince, bu, başlangıç dönemindeki Anoreksiya hastalarının kalmaya henüz bütünüyle karar veremeyişleriyle ilişkili. Hasta kalmak için yer, gitmek içinse kusar. Çözüm, yediğini çıkarmak istediğinde babaya “Babacığım, ben kalıyorum” demesidir.

Daha büyük olanla uyum içinde olmak

HELLINGER Danışana yardım sırasında aldığım temel tavra değinmek istiyorum. Bu, bir soruna çözüm arayan diğerleri için de önemli.

Beni sıklıkla evlilik sorunu olan insanlar arar, çözüm için bana gelip gelemeyeceklerini sorarlar. Çoğu zaman yanıtım şu olur: “Hayır, ben bunu yapmıyorum. Yoksa sizde kalması gereken bir sorumluluğu bana yüklemiş olursunuz. Bana birlikte gelirseniz, yalnızca size ait olanı üçüncü bir kişiye aktardığınız için sevginiz bundan zarar görür. Bunun yerine size beni ayrı ayrı telefonla aramanızı öneririm. Belki o zaman her birinize ayrı bir öneride bulunurum. Bununla ne yaptığınızı ise öğrenmek istemem. Sizi kendi sevginize, sorumluluk ve gücünüze bırakırım.

Aynı şey iyileşme arayan birisi için de geçerlidir. Kişi bunu bir başkasına aktardığı ve kendisini ona bağımlı kıldığında kendi gücünü kendi elinden almış olur.

Etkisi sürekli olan çözümler rıza ve lütuftur. Bunu deneyimleyen, bir anda bir şey ile, kendi gücünden üstün bir güçle uyum içinde olduğunu deneyimler. Ve bu şey taşıyıcıdır. Çalışmamda yapmaya çalıştığım, kişiyi bu güçle uyum içine getirmek. Ben bu güce rıza gösteriyorum, onunla uyum içindeyim. Dolayısıyla benim üzerimden yalnızca akıp giden bir şeyle çalışıyorum.

Buradaki çalışmada sıranın kendisine gelmesini isteyen ama bu büyük organizasyonda bunun artık mümkün olmadığını fark edenlere de bu sözüm. Belki bunu bir talihsizlik olarak görüyorsunuz. Ama gerçekten öyle mi, bilmiyoruz.

Bir Çin öyküsü vardır. Köylünün birinin çiftliğine iki vahşi at çıka gelmiş. “Amma da talihlisin!” demiş insanlar. O ise “Durun bakalım” diye karşılık vermiş.

Ertesi gün oğlu atlara binmeye kalkışmış ama düşüp bir bacağını kırmış. “Amma da talihsizsin!” demiş insanlar. O ise “Durun bakalım” diye karşılık

vermiş.

Daha ertesi gün İmparator’un adamları kapıya dayanmışlar. Savaş için asker topluyorlarmış.

Yani hiç bilinmez.

Grupta gülme ve alkışlar

HELLINGER Bu seminer sona eriyor. Ama bitirirken size bir öykü daha anlatayım. Tıpkı diğerlerinin çözüm ve sağlık için mücadele ettiği gibi tarafların gerçek ve içgörü için uğraş verdiği felsefi bir hikâye bu. Ama burada da kazanmış görünen taraf, alt edilen taraf olmaksızın bu sınavı geçemez. O kaynağın suyunu içtiği sürece nasıl yenebilecektir ki kaynağı.

Bizlerinse öyküyü dinlerken taraf tutmamıza gerek yok. Bundan ötürü ona kulak verirken kendimizi harika bir şekilde karşıtlıkların baskısından özgürleşmiş hissederiz. Ancak kendimizle ilintilendirdiğimizde ya da eyleme geçtiğimiz, bu nedenle de bir karar almak zorunda olduğumuzda, karşıtlıklar bizi işte o zaman yeniden ele geçirir.

İki tür bilgi

Bilgin Bilgeye sorar;

Nedir tek olanın bütün olma yolu?

Ya çok bilmeyi özlü bilgiden nasıl ayırmalı?

Yanıtlar Bilge;

Dağılıp giden bulduğunda orta noktayı

ve toparladığında gücünü,

işte o zaman bütün olur.

Çünkü ancak bu orta nokta ile çokluk

özle dolar

ve gerçek olur.

İşte o zaman içerdiği öz gözümüze

pek az kadar yalın görünür,

tıpkı içimizde yaklaşmamızı bekleyen

o sakin güç gibi.

Bundan ötürü Özü deneyimlemek

ya da dile getirmek için her bir şeyi

bilmem,

söylemem,

elde etmem,

yapmam gerekmez.

Şehre ulaşmak isteyen

tek bir kapıdan girer.

Bir kez çalınan çanın sesi

yankılanarak çoğalır.

Olgun bir elmayı dalından koparan

hiç de onun nerelerden geldiğine kafa yormaz;

alır eline, yer.

Bilgin, ama, diye karşı çıkar;

gerçeğin peşinde olan tüm ayrıntıları bilmek zorundadır.

Karşılık verir Bilge;

Ancak eski gerçek çokça bilinir.

Yaşayan gerçekse belirsizliklerle dolu

ve yenidir.

Sonunu, tohumun ağacı sakladığı gibi saklar.

İşte onun için,

çok bilme uğruna

bir adım sonrasının sunduğu eylemden kaçan,

etkili olanı elinden kaçırır.

Sapı samana karıştırır.

Tuttuğunu kurutur.

Bilgin, bütün bunların aradığı yanıtın

yalnızca bir parçası olduğunu söyler.

Birazcık daha, der Bilgeye, birazcık daha konuş.

Bilgeyse elini kaldırır;

Başlangıçta, der, bir fıçı şıra gibidir Öz,

tatlı ve bulanık.

Berraklaşması için mayalanması gerekir

ve zaman…

Tadına bakmak yerine onu o halde içmeye kalkışanın

dumanlanır kafası, yalpalamaya koyulur.

Not

Ağır hastalıklar, kaza ve intiharların ailevi nedenleri ile travma ve ağır alınyazılarını ele alma biçimlerini aşağıdaki kitap ve video kayıtlarını ayrıntılı bir biçimde belgeledim.

Tümü için başvuru adresi Carl-Auer-Systeme Verlag, Webestr. 2, 69120 Heidelberg – Almanya

Was in Familien krank macht und heilt. Ein Kurs für Betroffene (Ailelerde hastalığa ve iyileşmeye yol açanlar için bir kurs), 1999, 3 adet VHS video bant (toplam süre 9,5 saat). ISBN 3-89670-160-6

Was in Familien krank macht und heilt. Ein Kurs für Betroffene (Ailelerde hastalığa ve iyileşmeye yol açanlar için bir kurs çalışması), çalışmanın kitabı, 2000, 320 sf. ISBN 3-89670-123-1

Wo Schicksal wirkt und Demut heilt. Familien-Stellen mit Kranken (Alınyazısının etkisini gösterdiği, tevazuunun iyileştirici olduğu an-Hastalarla aile dizimleri), 1998, 3 adet VHS video bant (toplam süre 8,5 saat). ISBN 3-89670-060-X

Wo Schicksal wirkt und Demut heilt. Ein Kurs für Kranke (Alınyazısının etkisini gösterdiği, tevazuunun iyileştirici olduğu an-Hastalar için bir kurs çalışması), çalışmanın kitabı, 1998, 320 sf. ISBN 3-89670-029-4

Bert Hellinger arbeitet mit Krebskranken. Ein Kurs für Betroffene, ihre Angehörigen und Therapeuten (Bert Hellinger kanser hastaları ile çalışıyor – Hastalar, yakınları ve terapistleri için bir kurs çalışması), 1997, 2 adet VHS video bant (toplam süre 7,5 saat). ISBN 3-89670-007-3

Schicksalsbindungen bei Krebs. Ein Kurs für Betroffene, ihre Angehörigen und Therapeuten (Kanserde kader bağları – Hastalar, yakınları ve terapistleri için bir kurs çalışması), çalışmanın kitabı,1997, 200 sf. ISBN 3-89670-008-1

Familien-Stellen mit Kranken. Ein Kurs für Kranke, begleitende Psychotherapeuten und Aerzte (Hastalarla aile dizimleri – Hastalar, psikoterapist ve hekimleri için bir kurs çalışması), 1995, 3 adet video bant (toplam süre 10 saat). ISBN 3-927809-55-1

Familien-Stellen mit Kranken. Dokumentation eines Kurses für Kranke, begleitende Psychotherapeuten und Aerzte (Hastalarla aile dizimleri), çalışmanın kitabı, 1995, 339 sf. ISBN 3-89670-018-9

Wo Ohnmacht Frieden stiftet. Familien-Stellen mit Opfern von Trauma und Schicksal (Güçsüzlüğün barış getirdiği an – Travma ve kader kurbanlarıyla aile dizimleri), 2000, 3 adet VHS video bant (toplam süre 6 saat). ISBN 3-89670-082-0

Wo Ohnmacht Frieden stiftet. Familien-Stellen mit Opfern von Trauma und Schicksal (Güçsüzlüğün barış getirdiği an – Travma ve kader kurbanlarıyla aile dizimleri), çalışmanın kitabı, 2000, 270 sf. ISBN 3-89670-111-8

Mitte und Mass. Kurztherapien (İç merkez ve ölçü – Kısa terapiler), 1999, 280 sf. ISBN 3-89670-130-4

Bir Dosta Sorular

Norbert Linz

Sorunların ve alınyazısının sistemik boyutu

LINZ Sevgili Bert, sistemik psikoterapiye nereden geldin?

HELLINGER Çok geçmişte kaldığı için aldığım yolu geriye doğru izlemek oldukça güç benim için. Ama gerilere doğru baktığımda, dönüm noktası oluşturacak bir görüşe Eric Berne'in senaryo analizlerini uyguladığım sıra ulaştığımı görüyorum. Berne, herkesin belirli bir kalıba göre yaşadığından hareket ediyor. Bu kalıbı kişiyi etkileyen masallar, romanlar, filmler gibi edebi öyküler aracılığıyla ortaya çıkarmak mümkün. Kişiye kendisini çocukluğunun erken dönemlerinde -beş yaşından önce- etkilemiş bir öyküyü soruyorsunuz, ardından da bugün onu etkileyen ikinci bir öyküyü. Sonra bu iki öykü birbiriyle karşılaştırılarak ortak noktalarından hareketle gizli yaşam planı ortaya çıkarılıyor. Eric Berne, bu senaryonun, ana baba tarafından çocuğa iletilen erken dönem mesajlarına dayandığını düşünüyordu. Ama ben birden bunun böyle olmadığını ortaya çıkardım.

LINZ Nasıl çıkardın?

HELLINGER Senaryo olarak adlandırılan kimi şeylerin, yani kişinin bilincinde olmaksızın onlar uyarınca yaşadığı yaşam planlarının, ana babanın aktardıklarından bağımsız olarak önceki deneyimlere dayandığını gördüm. Sözgelimi birisi Rumpelstilzchen[14] masalını andığında, görüyorsunuz: Babanın kızını başkalarına verdiği, annenin de olmadığı bir masal bu. Bu işareti izleyerek soruyorsunuz: Ailende başkalarına verilmiş bir çocuk var mı ya da sen mi evlatlık verildin? Böylece belki de bu kişinin kendisini verilmiş bir çocuk gibi hissettiği ve yaşam boyu da böylece hissedip davranmayı tasarladığı gün yüzüne çıkıyor.

LINZ Çalışman senaryo öyküleriyle nasıl bir ilerleme kaydetti?

HELLINGER Bir süre sonra, bu öykülerin çoğunun anlatanla değil de ailesinden başka biriyle ilişkili olduğunu gördüm. Sözgelimi bir defasında Othello'dan çok etkilenmiş birisi vardı. Birden, bu öykünün onunla ilişkili olamayacağını fark ettim. Çünkü Othello'nun yaşadığını bir çocuk yaşayamaz henüz. Bunun üzerine açıkça sordum kendisine: Ailesinde hangi

erkek kıskançlık sonucu birisini öldürmüştü? Büyükbabam, dedi. Karısı kendisine ihanet etmiş, adam da karısının sevgilisini vurmuştu. O günden sonra da senaryolarla çalışırken böyle bir hikâyenin anlatanla mı yoksa başka birisinin yaşadığıyla mı ilintili olduğunu açıkça ayırt eder oldum. Bu benim kişisel sorunlar ve alınyazılarının sistemik boyutuyla ilk karşılaşmamdı.

LINZ Bunların hepsi gözlemden kaynaklanıyor, öyle mi?

HELLINGER Yalnızca gözlemden değil. Senaryolardan söz ederken Eric Berne de sistemik bir boyutun varlığını düşünmüş, ancak bu boyutun ölçülerini görememişti. Sonraki transaksiyonel analistler bunun üzerini yeniden kapadı. Ama Eric Berne bana süreceğim bir iz sunmuş oldu.

LINZ Başka izler de oldu mu?

HELLINGER Beni sistemik ize götüren bir şey daha vardı. Uzun süre primer terapi uygulamıştım. Bu sıralarda, benim için anlaşılmaz olan duygularını dile getiren bir kadınla çalıştım. Kocasına karşı davranışı dayanılır gibi değildi ama davranışının bu niteliğini hiçbir şekilde hissetmiyordu. O zamanlar böyle bir durumda izlenecek yolu henüz bilmediğimden bir takım yanlışlar yaptım. Sonradan buna çok üzüldüm.

LINZ Daha sonraki bakış açından o zamanlar yaptığın yanlış neydi?

HELLINGER Bu duyguları kişisel duygularıymış gibi ona atfettim. Üstlenilmiş duygular gibi bir olgunun varlığınıysa ancak daha sonraları görebildim. Daha önceki hareket noktam yalnızca iki tür duygu olduğuydu: Olaylara ya da bir incinmeye dolaysız tepki olan birincil duygular ve birincil duygunun yerine geçen ya da onu savunmaya yarayan duygular. Öfkelenmesi gerekirken üzgün olan ya da teşekkür etmesi gerekirken kızan birisinin yaşadığı duygular gibi.

LINZ Yani ikincil duygular.

HELLINGER Evet. Bir de üstlenilen duygular olduğunu, yani birisinin bilincinde olmaksızın başka birinin duygularını üstlendiğini ve bunları hiç ilgisi olmayan birisine aktardığını ilk kez bu vakayı düşünürken fark ettim.

Böylece primer terapiyle de duygular ve kötü alınyazılarının sistemik boyutuyla karşılaşmış oldum.

Bunu başka bir gözlem izledi. Düşlerin de kimi zaman düş görenle ilgisi olmadığını gördüm: Kişi, ailesinden başka birine ait şeyleri düşünde görebiliyordu. Bu tür düşlerin içeriğinin düş görene atfedilmesi yanlış anlamalara ve düş görene haksızlık yapılmasına yol açabilir. Dolayısıyla, başkalarının alınyazılarıyla gelen kilitlenme düşlerle de su üstüne çıkabiliyor. Düşlerin de kimi zaman sistemik bir boyutu var.

Öğretmenler ve esin kaynakları

LINZ Eric Berne'den esin kaynağı olarak söz ettin. Terapi alanındaki gelişiminde bir şeyler borçlu olduğun başka hangi öğretmenleri sayabilirsin?

HELLINGER Sayılacak çok şey var. İlk öğretmenlerim, eğitimlerini ABD'de yapmış Güney Afrikalı grup dinamikçilerdi. Oradaki grup dinamiği eğitimi, ağırlıklı olarak Anglikan kilisesi mensupları tarafından kilise çalışanları için düzenleniyordu. Buna diğer mezhep ve ırklardan insanlar da davet ediliyordu. Burada, karşıtlıkların karşılıklı saygıyla nasıl ortadan kalktığını görmek benim için çok derine işleyen bir deneyim oldu. O sıralar Natal'deki siyah Afrikalıların devam ettiği büyük bir okulun rektörü olduğum için bunu hemen uygulamaya geçirebildim. Yani benim için önce grup dinamiği vardı. Psikoterapiyi o zamanlar aklıma bile getirmiyordum.

LINZ Peki psikoterapiye geçişin nasıl oldu?

HELLINGER 1969'da Almanya'ya döndüğümde ben de grup dinamiği eğitimi vermeye başladım. Ama kısa sürede bunun bana yetmediğini fark ettim. O nedenle Viyana'da psikanaliz eğitimi aldım. Bu da bana pek çok şey kazandırdı.

Bu eğitim sırasında analistim sayesinde Arthur Janov'un The Primal Scream (İlk Çığlık)[15]adlı kitabıyla karşılaştım. Kitap o sıralar Almanca konuşan ülkelerde pek tanınmıyordu. Janov'un temel duygulara dolaysız yaklaşımı beni çok etkilemişti. Janov'un yöntemlerini üstü kapalı bir şekilde grup dinamiği kurslarında uyguladım ve ne kadar çarpıcı olduğunu anında gördüm. Bunun üzerine psikanaliz eğitiminin ardından Janov'un yanında primer terapiyi de incelemeye karar verdim. İki yıl sonra Amerika'ya giderek Janov ve onun ilk eğitim yöneticilerinin yanında dokuz ay boyunca primer terapi yaptım. Bu sırada duygulara yaklaşım konusunda pek çok şey öğrendim. Güçlü duygu patlamaları daha sonraları beni artık sarsmaz oldu. Duygulardan etkilenişim artık böyle bir şey…

LINZ Etkileniyor ama elini kolunu bağlamalarına izin vermiyorsun.

HELLINGER Sınırlandırabiliyorum. Ancak kısa sürede primer terapinin de zayıf noktaları olduğunu gördüm.

LINZ Nelerdi bunlar?

HELLINGER Bazı danışan ve terapistler yalnızca duygularının güdümünde hareket ediyorlardı. Bunu gördüm, kendimi korudum buna karşı ama bu çerçevede değer taşıyanı da yaşattım. Bunlar arasında da öncelikle bireyin kendisine dayalı kalması, yani duygularından kaçmak için başkalarıyla uğraşarak dikkati kendisinden uzaklaştırmaması var. Bu durum, örneğin duygularını ifade ettiğinde başkalarından hiçbir geribildirim almadığı zaman ortaya çıkıyor.

LINZ Primer terapi alanındaki deneyimlerinden daha sonraları nasıl yararlandın?

HELLINGER Almanya'ya dönüşümde bir süre çok yoğun bir şekilde primer terapi ile çalıştım. Zaman içinde, bu çalışma sırasında yüzeye çıkan güçlü duyguların hemen tamamının başka bir duyguyu örttüğünü fark ettim. Anne ve babaya beslenen ilksel sevgiydi bu. Gördüğüm başka bir şey de, kızgınlık, öfke, keder ve umutsuzluk gibi duyguların yalnızca, anne babaya daha önceki yönelimin kesintiye uğramasıyla ortaya çıkan acıyı savuşturmaya hizmet ettiğiydi.

LINZ "Kesintiye uğrayan yönelimi" zihnimizde nasıl somutlaştırabiliriz?

HELLINGER Küçük çocuk annesi ya da babasına gitmek istediğinde ama bunu örneğin hastanede yattığı için ya da erken doğarak inkübatöre konduğu veya anne ya da babası erken öldüğü için yapamamışsa sevgi acıya dönüşür. Bu acı, sevginin diğer yüzüdür. Temelde sevgiyle tıpa tıp aynıdır. Acı o kadar büyüktür ki çocuk buna bir daha yaklaşmak istemez. Annesi ya da diğer insanlara yaklaşacağına onlardan uzak durur ve sevgi yerine öfke ya da umutsuzluk ve keder hisseder. Bunu bildiğinizde yüzeydeki duyguları bir yana bırakır, doğrudan sevgiye yaklaşırsınız. Danışanı, yöneliminin kesintiye uğradığı ana götürür, yönelimi ya primer terapiyle ya da aile dizimi çerçevesinde yeniden ele alırsınız. Böylece

kesintiye uğramış sevgi hedefini bulur ve beraberinde derin bir huzur getirir. Önceki bu yaralanmadan ortaya çıkan pek çok şey, yani nevrotik davranış olarak tanıdığımız korkular, zorlanımlar, fobiler, duyarlıklar böylece sona erer.

LINZ Bu süreçte terapistin görevi nedir?

HELLINGER Danışan için annesini ve babasını temsil ederim ve yalnızca bu temsilin bilincinde oluşumla danışanın yönelimine eşlik edip onu yönlendirebilirim. Onu annesine ya da babasına götürür, danışan gideceği yere ulaştıktan sonra da ortadan kaybolurum.

LINZ Danışanın böylesi yoğun bağ getiren bir çalışmada sana fazlasıyla aktarım yapmaması için ne yaparsın?

HELLINGER Kesintiye uğramış yönelimini hedefe ulaştırdığımda beni unutur. Onu ana babasına teslim etmiş, onun için olabilecek en iyi ellere bırakmışımdır, gönül rahatlığıyla geri çekilebilirim. Bu nedenle de burada aktarım tehlikesi çok düşüktür.

LINZ Senin için anlamlı olan başka terapi yöntemleri de sayabilir misin, sözgelimi aile terapisi?

HELLINGER 1974 ile 1988 arası uzun bir zaman senaryo analizi ile primer terapiyi kombine ettim. Bunun ardından yoğun bir şekilde aile terapisiyle ilgilendim. 70'li yılların yeni trendiydi. Dört haftalığına ABD'ye uçtum. Ruth McClendon ve Les Kadis'in yönettiği aile terapisi konulu büyük bir seminere katıldım. Onlardan çok şey öğrendim. Etkileyici aile dizimleri gerçekleştirdiler. Sezgisel olduğu kadar deneysel de olan iyi çözümlere ulaştılar. Ama olanı anlayamadım. Temel kalıbı bilmediklerinden onlar da açıklayamıyorlardı bunu.

LINZ Bir nirengi noktamız olması açısından: Hangi yıldı bu?

HELLINGER 1979'taydı. Ruth McClendon ile Les Kadis daha sonra Almanya'ya gelip çok aileli terapi konusunda iki kurs verdiler. Beş aileyi, ebeveyn ve çocuklarla beş gün boyunca terapiden geçirdiler. O zamanlar, belki de yalnızca aile terapisi yaparım diye düşünmüştüm, bunun tek doğru

yol olduğunu. Ancak o zamana dek sürdüre geldiğim çalışmamı gözden geçirdim ve bu yolda kalmaya karar verdim. Pek çok insana yardımcı olmuştu çünkü. Ama aile terapisi yakamı bırakmadı. Sorunlar ve alınyazılarının sistemik boyutlarının bilincine vardıkça terapötik çalışmam bir yıl içinde öyle bir dönüşüme uğradı ki kendisi bir aile terapisi haline geldi ama önceki deneyimlerimi de içerecek bir biçimde.

LINZ Ardından sen de aile dizimleri yapmaya başladın.

HELLINGER Evet. Ama bundan önce Thea Schönfelder'in aile dizimleri konulu iki kursuna katıldım. Çok etkileyici bir şekilde yaptı ve bu kez, bütünüyle olmasa da daha iyi anladım.

Ardından, sistemlerde suç ve suçsuzluk konulu bir konuşma metnini yazarken temel düzen olarak adlandırılabilecek bir şeyin varlığı zihnimde açıklığa kavuşmaya başladı. Buna göre bir sistemde daha önce gelenin daha sonrakine göre önceliği vardı.

LINZ "Üstlenilmiş duygular" ve "kesintiye uğrayan yönelim"in yanında bu da senin özgün katkılarından biri.

HELLINGER Özgün burada ne anlama geliyor ki? Bu anlayış, içgörü, başkalarına da gelebileceği gibi geldi bana. Bu nedenle üzerinde hak talep etmiyorum. Ancak bununla, aile ilişkilerindeki bozuklukları görüp çözebileceğim temel bir kalıp edinmiş oldum. Ancak o zaman kendim de aile dizimleri yapmaya başlayabilirdim artık. Zaman içinde, dışlananların daha sonra dünyaya gelenler tarafından temsil edilmesi ve aile ve topluluklarda denge, telafinin anlamı gibi başka kalıpları da görüp tanıdım.

Aile dizimleri

LINZ Senden önce aile dizimi yapan pek çok başka ismin olduğunu belirtmiştin. Senin aile dizimi biçiminde farklı olan nedir?

HELLINGER Birey ailesini dizdiğinde ya da bir dizimde yer aldığında onun ötesinde bir şeyle temasta olduğuna derinden güveniyorum. Bundan ötürü de insanlara ne yapmaları gerektiğini söylemiyorum. Kimi terapistler katılımcılara hangi duruşu almaları gerektiğini söyler, sözgelimi öne doğru eğilmelerini ya da belirli bir yöne bakmalarını. Buna aile heykeli adı verirler. Ben böyle bir şeye yer vermiyorum. Çünkü insan yoğunlaşmış bir şekilde kendisini olana bıraktığında bütün bunları, eğer gerekiyorsa, kendiliğinden yapar. O zaman da önceden ne yapılması gerektiğini söylememe kıyasla bambaşka bir inandırıcılığı olur.

Şöyle de söylenebilir: Kişi ailesini önceden tasarladığı şekilde dizdiğinde bu hiçbir zaman doğru olmaz. Ailenin gerçekte nasıl olduğuna ilişkin resim, dizim sırasında adım adım ortaya çıkar. Bu da dizimi yapanın kendisini şaşırtır.

LINZ Aile dizimleri sırasında sistemik hakikatin gerçekten ortaya çıkmasını nasıl açıklıyorsun?

HELLINGER Açıklayamıyorum. Ama bir aile dizimi sırasında katılımcıların birbirleriyle ilişkileri içinde dizildiklerinde kendileri olmadıklarını, ailenin gerçek bireyleri gibi davranıp hissettiklerini görebiliyorsunuz. Hatta onların bedensel semptomlarını bile alıyorlar.

Yakın geçmişte hastalar için düzenlenen bir kurs sırasında bir sara hastası vardı. Aile dizimini yapmak istedi ama ruhsal olarak gidip geldiği için yapamadı. Bunun üzerine çekirdek ailesini karısına dizdirdim, bunu yapabilecek durumdaydı. Danışan 10 yaşındayken babası bir patlayıcı kazasında kör olmuş. O günden bu yana da kendisinin de kör olabileceği korkusuyla danışan babasına yaklaşamaz olmuş. Dizimde danışanı temsil eden kişiden baba önünde diz çökerek yerlere kadar eğilmesini ve “Seni onurlandırıyorum” demesini istedim. Dediklerimi yaptı. Diz çöktü, yerlere

kadar eğildi. Cümleyi söylerken çok heyecanlandı. Birden, bir sara krizi geçirircesine titremeye başladı. Titremenin önünü alamıyordu.

Dolayısıyla, bize aktarılanı kat be kat aşan dolaysız bir bilgi ve hissediş olduğu görülüyor.

LINZ Burada iş başında olan bir tür kolektif bilinçdışı mı?

HELLINGER Bilmiyorum. Buna bir isim vermekten de sakınıyorum. Yalnızca böyle bir şey olduğunu görüyorum. Bundan ötürü de bir aile dizimi sırasında kişinin kendisini buna bırakıp bırakmadığı anında görülebiliyor. Kimileri buna karşı duruyor ya da kendi içlerinde kilitlenmiş durumda kalıyor, onları hemen dizim dışına çıkarıyorum.

Bakış

LINZ Çok sık söylediğin bir şey; şu ya da bunun “anında görülebileceği”. Bu görmek senin için nasıl bir süreç?

HELLINGER Olgunun, yani o anda ortaya çıkanın ötesine geçen bir bakış.

LINZ Dolayısıyla yalnızca gözlemlemek değil.

HELLINGER Hayır. Bambaşka bir şey. Gözlem sırasında görüş daralır. Bakış geniştir. Bütüne yönelir ve birey ile yüzeyde olanın ötesine geçer. Bu nedenle, birisi ailesini dizdiğinde, resimden ötesine baktığımdan birinin eksik olup olmadığını anında görebilirim. Bunu grup içinde araştırıp, “Sizin izleniminiz nasıl? Burada birisi eksik mi değil mi?” diye sorduğumda çoğu kişi bunu kendilerinin de gördüğünü söyler. Dolayısıyla yalnızca benim sahip olduğum bir bilgi değildir. Bu algılamaya güven duyup o şekilde “bakmak” biraz alıştırma gerektirir yalnızca.

Bakışa karşı çıkış

Ama burada göz önünde bulundurulması gereken çok önemli bir şey var. Kişi bu şekilde baktığında ve bir soru sorduğunda, içsel bir soru, ya da karşı çıktığında artık bu biçimde göremez olur. Sözgelimi kendisine "Olamaz" ya da "Belki de hayal kuruyorum" dediğinde, kendinden kuşkulanmaya başladığı ya da korkuya kapıldığında. Örneğin birisinin ölümün eşiğinde olduğu gibi, gerçekte ne gördüğünün aniden bilincine vardığında ve bu algılamayı sürdürüp söylemekten korkuya kapıldığında artık göremez.

LINZ Birinin ölüme yakın olduğu nasıl görülür? Neyle saptanır bu?

HELLINGER Bu şimdi…

LINZ …sözünü ettiğin gibi bir karşı duruş mu olurdu?

HELLINGER Karşı duruş olurdu. Oysa karşı çıkmak yerine görülenin doğru olup olmadığı ortaya çıkan etkide sınanabilir. Danışan da bunu etkisinde sınar. Algıladığımı bildirip "Sonunun geldiğini görüyorum" dediğimde belki dolaysızca tepki verecek ve örneğin "Evet" diyecek ve kendisi de sarsılacaktır. O zaman, onun da bildiği ama kendisine itiraf etmeye henüz cesaret edemediği bir şeyi görmüş olduğumu görürüm. Bu şekilde başka şeyler de görülebilir. Bir ilişkinin bitmiş olduğu sözgelimi. Görülebilir bu. Taraflara söylendiğinde de sonunda ortaya çıktığı için derin bir nefes alırlar. Dolayısıyla bu geribildirimler yoluyla bakış hem sınanmış hem de eğitilmiş olur ve bunu kabul etme cesareti de artar.

Milton Erickson’ın yöntemiyle hipnoterapi

LINZ Kendilerine teşekkür borçlu olduğun başka ilham kaynakları ya da terapistler de var mı?

HELLINGER Milton Erickson’ın öğrencilerine çok şey borçluyum.

LINZ Milton Erickson ve öğrencilerinden özel olarak neler edindiğini daha ayrıntılı bir şekilde anlatabilir misin?

HELLINGER Her şeyden önce Erickson’ın insanları olduğu gibi kabul etmesini, işaretleri olduğu gibi kabul etmesini ve kendisini dolaysızca danışanın verdiği işaretlerle yönlenmeye bırakmasını. Bu pek çok düzlemde cereyan eder; ön planda, sözgelimi karşınızdakini dinlerken ve arka planda, örneğin aynı kişinin ne gibi belirsiz hareketler yaptığı görüldüğünde. Bu düzlemde çoğu zaman sözlerinden tamamen farklı işaretler vermektedir. Terapist bu düzlemleri görür ve ayrımlarını yapar. Bu da danışanı hayretler içinde bırakandır çoğu zaman, onun için kimileri “Bunu nasıl oluyor da görüyorsun?” diye sorar, “Ben bambaşka bir şey söylemiştim.” Ama ben onun nasıl tepki verdiğini görmüşümdür.

LINZ Erickson’ın hangi öğrencilerinden öğrendin en çok?

HELLINGER Asıl öğretmenlerim Jeff Zeig ve Stephen Lankton idi. Bundan önce Barbara Steen ve Beverly Stoy’un iki seminerine katılmıştım. Milton Erickson’ın yöntemleri gibi NLP (Neuro-Linguistic Programming) ve öykülerle çalışmaya girişim onlarla oldu. Örneğin grupta herkese ona uyan ve bütünüyle dolaysız görüşten kavranan önemli bir şeyi içeren öykülerle aktarılan bir hikâye anlatıyorlardı. O zamanlar böyle bir şeyi yapabilmeyi ben de isterdim ama yapamıyordum. Ama iki yılın ardından bir grup çalışması sırasında ilk kez böyle terapötik bir öykü geldi aklıma: Büyük ve Küçük Orpheus. Bu öyküden de daha sonra İkili Mutluluk doğdu.

Öyküler

LINZ Öyküleri ne zaman anlatıyorsun? Bunun belirli kuralları var mı?

HELLINGER Birisiyle ilerleyemediğimde ve bir blokajın varlığını fark ettiğimde aklıma bazen bu kişi için bir öykü geliyor. Hikâyelerimin çoğu bu şekilde oluştu. O zaman da şaşırtıcı bir etkileri oluyor.

LINZ Nasıl etkili oluyorlar?

HELLINGER Birincisi, karşımdakinin doğrudan benimle ilgisi olmaması. Ona doğrudan bir şey söyleyecek olsam, sözgelimi ne yapabileceği ya da yapmak zorunda olduğu gibi, bu şekilde karşımdaki konuşmanın muhatabı olur ve -söylediğim doğru bile olsa- sınırlarını çizmek zorunda kalır. Bunu özdeğerine borçludur. Ama ona bir öykü anlatacak olursam karşı karşıya olduğu ben olmam, hikâyedeki kişiler olur. Çoğu zaman öyküyü ona da anlatmam, başka birine anlatırım. Böylece söz konusu kişi öykünün kendisi için olduğunu hiç bilmez.

LINZ Kimi zaman, örneğin bireysel terapi sırasında karşındakine doğrudan da seslenmiyorsun. Bir fark yaratıyor mu bu? Bu durumda daha mı dikkatli olmak zorundasın, yoksa başka öyküler mi kullanıyorsun?

HELLINGER Küçük aldatmacalar var. “Bir zamanlar adamın birine rastlamıştım, birine şöyle bir şey anlatmış…” demek gibi.

LINZ O halde bir çerçeve hikâye, öykü içinde öykü anlatıyorsun.

HELLINGER Evet öyküye bir çerçeve veriyorum. O zaman, bir başkasının daha başkasına anlattığı bir hikâye haline geliyor ve karşımdakinin dikkati benden çevrilmiş oluyor. Çerçeve, öykünün anlatıldığı varsayımsal bir grup oluşturuyor.

LINZ Bazen hikâyelerinin açıklayıcılık yanında rahatlatıcı, gevşetici bir işlevi de var gibi görünüyor. Bir kurs sırasında ne zaman öykü anlatacağına ilişkin belirli bir planın var mı?

HELLINGER Bunu planlamıyorum. Kimi zaman, güç bir çalışmanın ardından o noktada belli bir gevşeme yaratmak zorunda olduğumu görüyor ve elimde buna uygun bir öykü olup olmadığına ya da aklıma bir tane gelip gelmediğine bakıyor ve anlatıyorum. Bu bir rahatlama ve bir sonraki adıma hazırlık gibi oluyor. Arada bir şeyi anlatmak için kullandığım örnekler de bu tür öykülerden. Onlar da bir soluklanma. Yani kursun drama gibi bir akışı olmasına dikkat ediyorum. Önce bir aksiyon, ardından belirli bir düşünce ya da bazen, durum çok ciddiyse arada bir fıkra ya da eğlenceli bir şey.

LINZ O zaman bunlar aynı zamanda dengelenme anları.

HELLINGER Dengelenme ve tuhaf bir şekilde derinleşme anları da, çünkü karşı unsur da böylece oyuna katılmış oluyor. Yani yalnızca ciddiyet, yalnızca eğlence, yalnızca teori, yalnızca çalışma değil, aynı anda hepsi: Bütünüyle yaşam.

Yaşam deneyimleri

LINZ Geri dönüp yaşamına baktığında: Öğretmenlerinden öğrendiklerin dışında terapi biçimlerinin gelişiminde hangi kişisel yaşam deneyimleri rol oynadı?

HELLINGER Benim için çok önemli bir deneyim, elbette Güney Afrika'da Zulular arasında geçirdiğim uzun zamandı. Orada insanlarla ilişkinin bambaşka bir yolunu tanıdım. Çok fazla sabır gibi ya da çok daha fazla karşılıklı saygı. Orada, onurunu koruyabilsin diye karşınızdakini mahcup etmemek, zor duruma düşürmemek son derece doğaldır. Zulular'ın çocuklarına karşı tavrı, ana babaların otoritelerini gayet doğal bir şekilde hayata geçirmeleri de beni çok etkiledi. Ve çocukların doğal bir biçimde ana babalarını sayması. Birinin ebeveyni hakkında küçük gören bir tavırla konuştuğunu hiç duymadım sözgelimi. Böyle bir şey orada olacak şey değildir.

LINZ O zamanlar Katolik bir misyonda çalışıyordun. Bu özel ortam seni ne ölçüde etkiledi?

HELLINGER Benim için kapsamlı katılımımı gerektiren, çok fazla disiplin ve yoğun çalışma içeren bir deneyimdi. Üzerimdeki etkisi hâlâ sürüyor. Güney Afrika'da uzun zaman okul yöneticiliği yaptım, başta İngilizce olmak üzere pek çok dalda kendim de ders verdim. Yıllarca yaklaşık yüz elli okulluk bir piskoposluğun bütün eğitim sistemini yönettim. Bu dönemin pedagojik deneyimlerinin yararını kurslarımda bugün hâlâ görüyorum.

LINZ 70'li yılların başında misyondan ayrıldığın ve meslek değiştirdiğinde dirençle karşılaştın mı?

HELLINGER Ayrıldığımda ne misyondan yana ne de kendi içimde hiçbir direnç yaşamadım. Gelişimin yaşanmakta olanın ötesine geçmesi gibiydi. Bundan ötürü de bunu bir kopuş olarak değil, gelişimin devamı olarak yaşadım.

LINZ O halde ayrılışın son derece barış içindeydi?

HELLINGER Evet. O dönemi iyi duygularla anabiliyorum. Oradaki dostlarımla temasım da sürüyor. Orada edindiklerime saygı duyabiliyorum, orada yapılanlara da öyle.

Görüşler

LINZ Sistemik psikoterapiye nasıl bir yenilik getirdiğini özetleyebilir misin?

Sevgi

HELLINGER En önemlisi, ne kadar tuhaf görünürse görünsün her davranışın ardında sevgi olduğunu görmem oldu. Ve kişinin gösterdiği semptomların arkasında sevginin işbaşında olduğunu da görmem. Bu nedenle terapide, sevginin yoğunlaştığı noktayı bulmak belirleyici öneme sahip. O zaman köke inilmiş ve çözüme giden yol da bulunmuş oluyor. Çünkü çözüm de her zaman sevgiden geçiyor. Bunu önce primer terapide deneyimledim, ardından da senaryo analizi ve aile terapisinde. Sözgelimi "Öfkeni dışa vur" denilerek onca propagandası yapılan duygularla çalışmada önemli olanın bütünüyle gözden kaçırıldığını gördüm. Gördüğüm başka bir şey de, terapilerde ebeveynine öfkeli olduğunu ya da hatta onları öldürmek istediğini söylemeye teşvik edilenlerin kendilerini bunun ardından ağır biçimde cezalandırdıkları oldu. Çocuğun ruhu ebeveynin hor görülmesine asla izin vermez. Ancak bunu gördükten sonra bu sevginin ölçüsünün bütünüyle bilincine varabildim. Bundan ötürü ben önce sevgiyi arar, bunu tehlikeye sokan her şeye de karşı dururum.

Denge

Bir diğer önemli keşif de, vermek ve almak, kazanmak ve kaybetmek arasındaki denge gereksiniminin ne kadar vurgulansa az olacak kadar önemli olmasıydı. Bu, her düzlemde etkili. Bilinçsiz bir düzlemde etkisini, kötü bir şeyle dengeleme gereksinimi olarak gösteriyor. Örneğin birisine bir şey yaptığımda kendime de kötü bir şey yaparım. Ya da iyi bir şey yaşadığımda bunu kötü bir şeyle öderim.

LINZ Bu çelişik davranış biçimi nasıl oluşuyor?

HELLINGER İnsanın baskıdan kurtulma isteğiyle. Dengeleme, telafi baskısı olağanüstü güçlüdür. Birden, pek çok sorunun bu güdü nitelikli dengeleme ihtiyacından doğduğunu kavradım. Daha yüksek bir düzlemde başka türlü bir denge bulunmadıkça da hiçbir çözüme götürmüyor. Daha yüksek düzlemdeki denge ise iyilik, saygı ve sevgiyle geliyor.

LINZ Terapötik denge modelin için dışarıdan da esin aldın mı?

HELLINGER Boszormenyi-Nagy "Görünmez bağlar" üzerine bir kitap yazdı. Bu bana yön verdi. Ama kitabı kısa sürede bir yana bıraktım ve denge gereksiniminin ailelerde nasıl bir etki yarattığına kendim baktım. Boszormenyi-Nagy'nin yalnızca kötü sonuçlar doğuran güdüsel telafiyi tanımladığını, çözümlerin yolunu açan dengelemenin ise başka, daha yüksek bir düzeyde olduğunu da fark etmiştim.

Eşit aidiyet hakkı

LINZ Böyle temel bir görüşün daha var mı? Terapötik çaban her şeyden önce neye yöneliyor?

HELLINGER Ayrı olanı yeniden birleştiren bir harekete yöneliyorum. Ama önce neyin ayırdığının, neyin yeniden bir araya getirdiğinin ortaya çıkarılacağı şekilde. Neyin ayırdığı, neyin birleştirdiği konusunda bulduğum en önemli şey, ailelerde ve topluluklarda hayatta olsun olmasın her bireyin eşit aidiyet hakkı olduğu. Yani ruh, bu hakkı verme ya da haktan yoksun bırakma

biçimiyle burada herkesin ruhlarının derinliklerinde kabul ettiği temel bir yasa olduğunu gösteriyor. Dolayısıyla bir aile bireyi ya da topluluk üyesi dışlandığı, yerine geçildiği ya da unutulduğunda aile ya da topluluk buna kefareti ödenmek zorunda olan ağır bir haksızlık işlenmiş gibi tepki veriyor. Bunun yaşandığı durumlara örnekler, birisinin ahlâki nedenlerle aileye ait olmaya layık görülmemesi, kişinin bunu yapabilirmiş gibi bir aile bireyinin yerini alması ya da kaderi korku yaratan veya doğarken ölmüş bir bebek gibi unutulmak istenen bir bireyin yok bilinmesidir. Ruh, birinin diğerlerinden daha büyük ya da daha küçük, daha iyi ya da kötü görülmesine izin vermez. Yalnızca katiller dışlanabilir ve dışlanmalıdır.

Dışlamanın doğurduğu haksızlığın bedeli, aile ya da toplulukta başka bir bireyin, dışlanan ya da unutulanı geri kalanlar veya yeni katılanlar karşısında çoğu zaman bilinçsizce temsil etmesiyle ödenir. Bu haksızlıktan söz konusu kişi kadar ailesi ya da topluluğunun da etkilendiği kilitlenme ve sorunların en önemli nedeni de budur. Dolayısıyla temel aidiyet hakkı, dışarıdan dayatılan bir talep değildir; yüzeyde ne düşünürsek düşünelim, davranışımızı doğrulamak için ne yaparsak yapalım, ruhumuzun derinliklerinde bu hak önceden verili halde mevcutmuş gibi hareket ederiz.

Yani ailelerde herkesin eşitliği yasası geçerlidir. Herkes, deyim yerindeyse, kendisince hizmete alınmıştır, hiç kimse vazgeçilebilir değildir ve unutulamaz. Terapist olarak karşılaştığım en fazla dal budak sarmış sorunlar, eşitliğin bozulmasıyla oluşuyor. Terapist olarak dışlananları

yeniden görüş alanına getiriyor, oyuna katıyorum. Yeniden tanınıp kabul edildiklerinde huzur geliyor, kilitlenenler özgürlüklerine kavuşuyor. Ayrılmış olanlar bu karşılıklı kabul ve eşitlikte sevgiyle bir araya geliyor: Erkekle kadın, çocuklarla ebeveyn, sağlıklılarla hastalar, gelenler ve gidenler, yaşayanlarla ölmüşler. Terapist olarak ben en derinden barışmanın hizmetindeyim.

Ailelerde hastalığa ve iyileşmeye yol açanlar

LINZ Bir süredir ağır hastalarla da çalışıyorsun. Sistemik yaklaşımın bu alanda da doğrulandı mı?

HELLINGER Evet, özellikle de sorun ya da şikâyetlerin kilitlenmelerden geçtiği durumlarda.

LINZ Sistemik psikoterapiye en iyi cevap veren semptomlar neler?

HELLINGER Kanser gibi belirli ağır hastalıkların sistemik nedenlere de bağlı olduğunu görebiliyorsunuz. Sistemik ilişki, “seni izliyorum” dinamiğinde kendisini gösteriyor. Kişi, topluluğundan birini hastalığı ve ölümünde izlemek istiyor. Ya da ailesinden bir kişinin birisini bu şekilde izlemek istediğini gören bir çocuk, “sen gideceğine ben gideyim” diyor. Buna bir de kefaret ödeme isteği ve kötünün kötüyle telafisi ekleniyor. Bu temel dinamikler bilindiğinde güçsüzleştirilebiliyor, pek çok acı yatıştırılabiliyor.

Diğer semptomlar kesintiye uğrayan yönelimle ilgili. Sözgelimi kalp ya da baş ağrısı çoğunlukla yığılmış, akamamış sevginin ifadesi. Bel, sırt ağrıları sıklıkla anne ya da baba karşısında derinden eğilmemekten kaynaklanıyor.

Önemli adımlar

LINZ Aile dizimlerinde en önemli terapötik adımların neler? Bunları önem derecelerine göre nasıl açıklayabilirsin?

Yönetimi üstlenmek

HELLINGER Aile dizimlerinde hiçbir şeyi tek başına danışana bırakmam. Sözgelimi kendisini iyi hissettiği yeri yalnız başına bulmasına izin vermem. Yalnızca ayrıntılar söz konusu olduğunda yaparım bunu. Birisi ailesini dizdiğinde algılayışım ve deneyimim bana düzenin bir resmini, ne şekilde bozuk olduğunu, nasıl değerlendirilmesi gerektiğini sunar. Çözüm ararken bu resmi izlerim. Danışanın işbirliğiyle ara resimleri, çözüm resmini de ben oluştururum. Sonra bu resmi yarattığı etkiye dayanarak sınar, etkinin resmi doğrulayıp doğrulamadığını, başka adımlara gerek olup olmadığını gözden geçiririm.

LINZ Dolayısıyla iç resmini sınavdan da geçiriyorsun?

HELLINGER Her zaman, her durumda. Kişinin söylediklerime ya da yaptıklarıma inanması gerekmez. Ama inisiyatifi de ona bırakmam. Çözümü tek başına bulamayacaktır. Bulabilecek olsa bana gelmezdi. Çözüm resmi bulunduğunda danışanı resme bırakır, kendisini temsil edenin yerine geçmesini isterim. Bu şekilde çözümün kendisi için doğru olup olmadığını bizzat sınar.

Sınırları zorlamak

LINZ Çözüm resminden hareketle sıklıkla danışanlara kulağa çok katı gelen sonuçlara işaret ediyorsun.

HELLINGER Kişiyi, sözgelimi, ailesini terk edecek olursa bir çocuğun ölecek olması gibi ailesinde yaşanan, yaşanabilecek en uç sonuçlarla yüzleştiriyorum. Ya da babasının önünde derinden eğilmek ve onu onurlandırmak gibi, çözüm için gerekli adımlarla yüzleştiriyorum. Veya aileden çıkmak zorunda olması gibi; kimi zaman da sonuç bu oluyor.

LINZ Ne anlama geliyor bu somut olarak?

HELLINGER Haklarından vazgeçmesi. Sözgelimi çocuğunu veren bir annenin çocuğu üzerinde hiçbir hakkı kalmaz. Bu durumda gitmek ve çocuğu babaya bırakmak zorundadır.

Bunlar ağır terapötik müdahaleler. Sorumluluklarını üstlenmek büyük cesaret gerektiriyor. Karar, kişi ancak davranışının bütün sonuçları ve çözüm koşullarıyla yüzleştikten sonra kaçınılmaz ve mümkün hale geliyor.

Bu arada bir öğretmeni daha hatırladım: Bu “sınırları zorlamayı” Frank Farrely “provocative therapy”sinde [16] ayrıntılarıyla sunmuştu. Bana yol gösterdi, bunun için ona teşekkür ediyorum.

Sarsıcı da olsa gerçekten ayrılmamak

LINZ Ama terapi gruplarında bazı katılımcılar onlarla yüzleşme biçiminin doğrudanlığı karşısında şoke oluyor?

HELLINGER Katılımcıyı yalnızca görünen gerçekle yüzleştiriyorum.

LINZ Senin gördüğün gerçekle!

HELLINGER Ve elbette kendisinin de bildiği. Bu yalnızca olanı görmek istemeyen için şoke edicidir.

Kurslardan birine örneğin, iyileşmesi mümkün olmayan ölümcül hasta bir kadın katılmıştı. Fazla zamanı kalmamıştı. Ailesini dizmek istedi ama ben yalnızca iki kişiyi, kendisi ve ölümü dizeceğimi söyledim. "Kendin ve ölüm için birer kişi seç" dedim. Bu, dışarıdan izleyenler için çok sarsıcı bir şeydir. Kadın içinse değildi, çünkü biliyordu öleceğini. Kendisi için ufak tefek, ölüm içinse iri yarı birer kadın seçti. İki kadını göğüs göğse gelecek yakınlıkta karşılıklı dizdim. Kendisini temsil eden ufak tefek kadın başını kaldırıp ölüme bakarak "Sıcak bir duygu var içimde" dedi, "Ölümün sıcak nefesini yüzümde hissediyorum." Ölüm de bu kadına sıcak bir duygu hissediyordu. Danışanı temsil eden kadından ölüme şöyle söylemesini istedim: "Seni onurlandırıyorum." Söyledi. Ölüm ve kadın usulca ellerini birleştirdiler, yüzleri birbirlerine dönük, içtenlikle orada öylece kaldılar.

Bu, ışık tutulan, ışık tutulduğu için de insana yardımcı olan gerçek. Ancak kişi, ölümün kötü bir şey olduğundan hareket ederse bu gerçeğe ışık tutmaktan korkacaktır. Böyle bir şeye ışık tuttuğumda gerçek her zaman bütün ciddiyetiyle kendini ortaya koyar. Karşı çıkılmaz, danışan tarafından karşı çıkılmaz. Belki başkalarına korkutucu gelecektir bu gerçek ve itirazlarına yol açacaktır; karşı çıkar, hastalığın o kadar kötü olmadığını, onu ölümle karşı karşıya getirmekten daha iyi bir şeyler olması gerektiğini söylemek isterler. Ama buna izin vermem. Tavrım da o zaman katı görünür.

LINZ İzin verecek olsan ne gibi sonuçları olurdu?

HELLINGER Gerçek, fikir ve keyfilik düzlemine kaydırılmış olurdu ki bu olmaz. Çalışmamın doğrudanlığı ve yoğunluğunu sağlayan, böylesi hafifleştirmelere izin vermememdir.

LINZ Böyle bir zararsızlaştırma danışan üzerinde nasıl bir etki yaratır?

HELLINGER Zayıflatır onu. Buna karşılık kötü bile görünse gerçek, görüldüğü ve kabul edildiği zaman güç kazandırır ve özgürleştirir. Örneğin bir keresinde ailesini dizmesinin ardından bir kadına evliliğinin kurtarılabilir durumda olmadığını, çocukların kocasına gitmek, kendisinin de yalnız olmak zorunda olduğunu söylemiştim. Başkaları karşı çıkarak kadına daha kolay çözümler sunmak istedi ama izin vermedim. Bunu ona düşünerek söylemedim; daha ziyade dizim bu durumu ona ve bana açıkça gösterdi. Katılımcılardan biri bana daha sonra, kadına çok katı davrandığım için o gece üç saat boyunca benimle kendi zihninde kavga ettiğini söyledi. Ama ertesi gün bu kadın gruba katıldığında yüzü ışıyordu. Katılımcı o zaman kadın için tasalanmasının ve benimle giriştiği içsel çekişmenin boşuna olduğunu anlamış.

LINZ Böylesine sorumluluk gerektiren bir hareket içinde kendini nasıl görüyorsun?

HELLINGER Kendimi her şeyden önce gerçeklere ışık tutan birisi olarak görüyorum. Yardımcı olan ve iyileştiren de bu gerçekler, ben değilim. Kararı onlar sunuyor, ben değil. Karar nasıl verilirse verilsin, bunun benimle bir ilgisi yok.

LINZ Gerçekle yüz yüze geldiğinde danışan kendisini nasıl hissediyor?

HELLINGER Hiçbir yanılsaması kalmıyor. Böylece görüşü ve davranışı başka bir ciddiyet ve güç kazanıyor. İçgörüsüne aykırı hareket etse bile artık ne yaptığını bilir oluyor ve sürüklenmiyor. Fark bu.

Anlatılan sorunu hesaba katmamak

LINZ Neden danışanlarını sorunlarını anlatırlarken çoğu zaman bu kadar kısa kesiyorsun? Çoğu insan için tedirgin edici bir şey bu.

HELLINGER Anlattığı şekliyle sorun, gerçekte kişinin sorunu değil. Çünkü sorunu doğru kavramış olsaydı…

LINZ …orada olmazdı.

HELLINGER Doğru. Bu nedenle durumuna ilişkin anlattığı hemen hiçbir şeyin bu durumu yansıtmadığından hareket ediyorum. Anlatımına kulak verecek olursam, ifade ediş biçimiyle sorununu bir kez daha doğrulamasına ve pekiştirmesine olanak tanımış olurum. Onun için sorununu kendi istediği gibi anlatmasına izin vermiyor, yalnızca olayları aktarmasını istiyorum; örneğin ebeveyninden biri daha önce bir evlilik geçirmiş mi, kaç kardeşi var, kardeşlerinden ölen olmuş mu, çocukluğu ve ailesinde benzeri iz bırakan bir olay yaşanmış mı?

LINZ Dolayısıyla yalnızca olguları anlattırıyorsun.

HELLINGER Hiçbir yorum olmaksızın yalnızca olguları. Olgulardan yola çıkarak ruhunda neler olduğunu, yaşadığı zorluklar ya da kilitlenmenin kökeninin ne olduğunu görüyorum. Gereksindiğim bilgileri edinmiş oluyorum o zaman.

Enerjiyi gözetmek

LINZ Ama kimileri bir yığın bilgi de getirebilir. Açık seçik bir resim edinebilmen açısından bilgi ne zaman yeterli hale geliyor senin için? Hangi olgular bilgilenmen için yeterli?

HELLINGER Olay ve olgular enerji yüklüdür. Birisi bir olay aktardığında bunda enerji olup olmadığını, yaygın bir etki yaratıp yaratmadığını anında hissedebilirsiniz. Birisi kardeşlerinden birinin küçük yaşta öldüğünü bildirdiğinde bunda her zaman büyük bir güç vardır. Ya da doğururken ölen bir anne kuşaklar ötesine ulaşan olağanüstü bir güçle etkir. Böyle bir şey yakalanmak ve tanınmak zorunda. Çünkü bu ve benzerleri, korku yaratan, bu nedenle de halının altına süpürülen olaylar. Olay anılır anılmaz bunun yakıcı bir niteliği olup olmadığını hemen hissederim. Belli bir kişiden söz ettiğinde onunla bir kilitlenme içinde olduğunu; bu kişinin birisi tarafından temsil ve taklit edilmek zorunda olduğunu anında bilirim.

LINZ Bu güveni nereden alıyorsun? Nasıl geliyorsun bu noktaya?

HELLINGER Bundan yayılan enerjide, güçte hissediyorum. Ama algımı dizimle de sınıyorum. Çoğu zaman buna başka etkenler de katılıyor. Ama önemli bir kişi anılır anılmaz çalışmaya başlıyorum. Geri kalan bütün diğer bilgileri de dizim sırasında elde ediyorum.

En azla çalışmak

LINZ Senin için önemli olan başka terapötik adımlar var mı?

HELLINGER En azla çalışma biçimim aile dizimleriyle doğrulandı. Dolayısıyla, yalnızca mutlaka gerekli olanı yapışım ve tamlıktan vazgeçişim de. Aksi takdirde enerji merak ve bilmeye akıyor ve harekete geçmek için enerji kalmıyor. Çözüm görünür görünmez çalışmayı keserim. Etkinin doruğa ulaştığı noktada keserim, çünkü en fazla enerji bu anda birikmiştir. Çalışmaya son vererek enerjinin tartışmalara akmasının yolunu kesmiş olurum. Böylece enerji, eylem için yoğunlaşmış biçimde kalır. Aynı nedenle çalışmanın ardından ayrıntılı konuşmalara da izin vermem.

LINZ Böyle bir konuşma neye yol açar?

HELLINGER Etkiyi zayıflatır ve diğer katılımcılara enerjiyi kendileri ve kendi sorunlarına çekme zemini yaratır.

LINZ Demek ki hemen başka bir katılımcıyla çalışmaya geçiyor ya da konuyu değiştiriyorsun?

HELLINGER Evet. Hemen bir sonrakine geçiyorum.

Yarıda kesmek

LINZ Bir dizim sırasında hiçbir çözüm bulamadığında ne yaparsın?

HELLINGER Çözüm bulamadığım noktada çalışmayı keser, burada da hiçbir tartışmaya izin vermem. O zaman yarıda kesmek etkisini gösterir. Zor bir müdahaledir bu. Çoğu zaman danışan, dizimden bir iki gün sonra çözüm için eksik olanı bulur. Yarıda kesmek ve harekete geçirdiği güç olmaksızın belki de mümkün olamayacak bir şeydir bu.

LINZ Dolayısıyla bir dizimin yarıda kesilmesinin de terapötik bir etkisi var?

HELLINGER Bu da danışanın yararınadır. Aynı şey, başarısızlığın kabulü için de geçerli. Kimi zaman örneğin “Burada bir şey yapamıyorum” der ve çalışmayı öylece bırakırım. Durumun danışan için kötü olduğunu görsem de bu konuda endişelenmem. Çalışmayı öylece bırakırsam belki gruptakilerden biri bir şey bulacak ve çalışmanın sürmesini sağlayacak bir anahtar sözcük atacaktır ortaya. Bundan ötürü her zaman her şeye hakim olmaya çalışmak yerine kendimi akışa bırakırım. Aynı akışta benimle birlikte diğerleri de yer alır ve iyi bir sona hizmet edecek bir alış veriş vardır herkes arasında.

Meraktan kaçınmak

LINZ Güzel bir imge bu.. Çoğu kez senin soruları çift anlamlı bir yanıt ya da kibar olmaya çalışmayan bir ifadeyle savuşturduğuna tanık oldum. Sahi neden?

HELLINGER Birisi kendisi için önemli bir soru sorduğunda her zaman yanıtlarım. Saygı bunu yapmamı gerektirir. Ama yalnızca beni sınamak için bir soru sormak istiyorsa o zaman çift anlamlılıkla, bir fıkra ya da bazen tartışmayla da uzaklaşırım.

LINZ Çoğu zaman merak da var işin içinde.

HELLINGER Ama merak, karşındakine saygı duymamaktır ve nasıl ben meraklı sorular sormuyorsam, böyle soruların bana sorulmasına da izin vermem.

Başarıyı kontrol etmemek

LINZ Kimi zaman, çalışmanın etkisi üzerine hiçbir geribildirime gereksinmediğin ve bunu istemediğin gibi bir izlenim uyandırıyorsun. Neden?

HELLINGER Geribildirime ihtiyacım var. Asıl geribildirimi çalışma sırasında, dolaysız etkilenmeyi gördüğümde alıyorum. Ama çalışmayı hiçbir zaman, ortadan kalkıp kalkmadığını araştırmamı gerektiren bir semptomla kısıtlamıyorum. Hedefim bir semptomu ortadan kaldırmak değil, kişinin ailesi içinde kendisini yeniden evinde hissederek buradaki bütün olumlu güçlerle temasa geçmesini sağlamak. Bu büyük bir taze enerji veriyor ve her zaman bir başarı. Semptom üzerinde ne ölçüde etkili olduğuysa başka bir konu. Bu öncelikle doktorlarla psikiyatristlerin uzmanlık alanı. Bu nedenle, gerekenin bu olduğunu gördüğümde ağır vakaları her zaman doktor ya da psikiyatriste gönderirim.

LINZ Başarıyı sorgulamamanın terapötik bir anlamı var mı?

HELLINGER Önemli bir soru bu ve yüreğimde de yeri var. Üzerinden zaman geçtikten sonra dolaylı yollardan bir kişinin iyi olduğuna ilişkin bir geribildirim aldığımda mutluluk duyuyorum. Ama ben gidip bunu sormam. Onunla ruhu arasına, alınyazısı ve onu yönlendiren “büyük ruh” -böyle diyeyim adına- arasına girmediğim için sormam. O kişiyle çalışırken alınyazısı, ruhu ve “büyük ruh” ile uyum içinde hissederim kendimi. Bu nedenle de, işimi yaptıktan sonra sonuçları araştırmaksızın geri çekilebilirim. Merak duyacak, soruşturacak olursam bu güçlere artık güvenmiyorum demektir ki, bu güçler böylece beni ve onu terk edecekleri için bunun sonuçları benim kadar danışan için de kötü olur.

LINZ Bir danışan sana mutluluk içinde terapinin başarılı olduğunu bildirdiğinde bunu böylece kabul ediyor musun, yoksa seni kısıtlıyor mu?

HELLINGER Güç, iktidar sahibi olmaya doğru bir kışkırtma olarak kendimi buna karşı sınırlıyorum.

LINZ Kuralları görme ve o an ile anın gösterdiklerinden çok kurallara güvenmeye doğru bir baştan çıkarıcılık da olabilir mi bu?

HELLINGER İkisi aynı şey. Bu da bir güç kışkırtması olabilir. Kendimi böyle coşkulu bir geribildirime bırakacak olursam ayaklarım yerden kesilir ve görüş açıklığımı kaybederim. Güç de kaybederim. Artık özgür değilimdir. Olabildiğince az şey bilirsem en büyük ölçüde kendim ve yoğunlaşmış olarak kalırım. Bu nedenle danışanın sorunlarını çözmek üzere daha önce neler yaptığını da bilmek istemem. Bu şekilde bütünüyle yansız olurum.

Önemli olan andır

LINZ Psikoterapin üzerine farklı görüşler ortaya koyanlardan çoğu zaman, “Hellinger bütün bunları nereden biliyor?” ya da “Olaylara bu bakışa nereden varıyor?” gibi bir soru geliyor.

HELLINGER Pek çok insandan öğrendim.

LINZ Bu konuya değinmiştik.

HELLINGER En çok şeyi de anda görüyorum. Bir meydan okuma karşısında, söz konusu durum ve kişilere, özellikle de dışlanmış olanlara bütünüyle açılırım. Hepsi görüş alanımda olduğunda ve onlara saygı ve sevgiyle yöneldiğimde çözüm birden görünür ve bunu da söylerim. Üzerinden bir süre geçtikten sonra da belirli bir kalıbı görürüm.

LINZ Bundan da deneyim doğar.

HELLINGER Evet, deneyime dayanarak, ebeveynin önceki eşlerinin aile içinde her zaman çocuklarından biri tarafından temsil edilmesi gibi, tekrarlayan kalıpları ayırt ederim.

LINZ İkinci bir kez evlenmişlerse…

HELLINGER … ya da önceki bir nişanlı veya önemli bir partnerin olması durumunda: Daha sonra çocuklar tarafından o da temsil edilecektir. Ben bunu bir kalıp olarak gördüm. İçgörüsüne nasıl ulaştığımı hiç bilmediğim son derece sıra dışı kalıpları da. Sözgelimi Hans im Glück[17]masalını seven birisinin ailesinde servet kaybeden birinin -bu çoğu durumda bir büyükbaba- olması gibi. Birden görüyorum ve gördüğüme de güvenebiliyorum.

LINZ Başka kalıplar da buldun mu?

HELLINGER Kimi zaman, başlangıçta algılamamayı yeğleyeceğim içgörüler geliyor. Sözgelimi, “Kadın erkeği izlemelidir” cümlesi ve onu tamamlayan diğer cümle; “Erkek dişiye hizmet etmelidir.” Bunlar

geldiğinde önce içgörüyü geri çevirdim ama sonra karşı çıkamaz oldum. Bu bana geldiğinde nasılsa öyle görüyor, gördüğümü de söylüyor ve yaratacağı etkiyi bekliyorum. Ama kişinin bununla ne yapacağına karışmıyorum. Böyle bir içgörüyü kendime ait, savunmak zorunda olduğum bir tez olarak temsil etmiyorum. Bu yalnızca bana gelen bir şey, böylece de aktarıyorum. Kabul edilip edilmemesinin benim için bir önemi yok.

LINZ Buradan sıklıkla bir soru olarak da duyduğum bir noktaya geliyorum: "Hellinger, söylediklerini tartışma götürmez gerçekler olarak sunma güvenini nereden alıyor?"

HELLINGER Ben "gerçekleri" her zaman anda gördüğüm, dikkatini ana verecek olursa herkesin de görebileceği şeyler olarak iletiyorum. Benim için gerçek, anın bana gösterdiği ve böylelikle de sonraki adımlarda yönümü belirleyen şey. Böyle bir şey gördüğümde olanca güvenle söylüyor, sonra da yarattığı etkide sınıyorum bunu. Aynı şey başka bir durumda olduğunda önceki görüşü nirengi noktası olarak almıyorum -bildirdiğim kalıcı bir gerçek değil sonuç olarak; bunun yerine her seferinde anın bana gösterdiğine yeni bir gözle bakıyorum. Belki bu kez bana başka bir şey gösterecek ve o an gördüğümü söylüyorum. Daha öncekinden farklı olsa, hatta ona karşıt bile olsa aynı güvenle söylüyorum, çünkü an, başka türlü hareket etmeme izin vermez.

LINZ O halde bir kurallar bütünü oluşturmuyorsun?

HELLINGER Hayır, hiçbir şekilde. Onun için de birisi çıkıp önceki gün şunu şunu söylemiştin dediğinde, bununla ana bakmadığımı varsaydığı için kendimi yanlış anlaşılmış hissediyorum. Ana her seferinde yeni bir gözle bakıyorum, çünkü bir anın gerçeği, yerini başka bir anın gerçeğine bırakıyor. Bu nedenle, söylediğim benim gözümde sadece o an için geçerli. Hareket biçimimi "fenomenolojik psikoterapi" olarak adlandırırken kastettiğim de gerçeğe bu yöneliş.

LINZ Ama bu az önce kalıplar konusunda söylediğinle çelişmiyor mu?

HELLINGER Doğru. (Gülüyor.) Ortaya çıktığında, çelişkiye açığım. Bunun ardından da terazinin kefelerini tartıyorum.

LINZ Uzun zaman yazılı bir eser ortaya koymamanın nedenlerinden biri de bu bakış tarzı mı?

HELLINGER Uzun zamandır yazılı olarak da bir şeyler iletmek istiyordum. Ama gördüğüm çok şey henüz bütünlükten uzaktı. Örneğin vicdan üzerine görüşlerim. Bir süre sonra yalnızca belirli yönleri görüp aktarmanın yeterli olduğunu fark ettim. Etkilerini böyle de gösteriyorlar. Bu yüzden, ortaya bir bütün koymak için çaba sarf etmeye kıyasla Sevgi Düzenleri kitabının yapısı, hareket biçimim ve algılayışıma çok daha uygun.

LINZ Psikoterapide algılamanın bu özel biçimi açısından önem taşıyan başka bir şey daha var mı?

HELLINGER Carlos Castaneda ilk kitabı olan Don Juan'ın Öğretileri'nde bilginin düşmanları konusunda küçük bir çalışma sunuyor. Bilginin ilk düşmanının korku olduğunu söylüyor. Ancak korkuyu aşan, olanı açıkça görebilir.

LINZ Peki korkuyu aşmanın en iyi yolu nedir?

HELLINGER Dünyayı olduğu gibi, her şeyiyle almak. Onunla mutabık olmak. Büyük adım, bu. Kendisi ve başkalarında ölümle mutabık olabilen, hastalıkla mutabık olabilen, alınyazılarıyla mutabık olabilen korkuyu yenmiş, görüş açıklığını kazanmıştır.

LINZ Söyleşimiz için sana teşekkür ediyorum.

HELLINGER Ben de sana teşekkür ederim. Yoğun bir görüş alış verişiydi. Pek çok şeyi daha bir açık kavramamı, sana da bu şekilde söylememi teşvik ettin.

[1] Sistem, aile anlamında kullanılmakta -Ç.N.

[2] Not

Ele aldığım bu konuların temelinde yer alan deneyimleri aşağıdaki kitap ve video kasetlerde ayrıntılı bir biçimde belgeledim. Hepsini Carl-Auer-Systeme Verlag'da bulabilirsiniz (Weberstr.2, 69120 Heidelberg).

Der Abschied. Nachkommen von Taetern und Opfern stellen ihre Familie 2., erweiterte Auflage, 2000

386 sayfa, ISBN 3-89670-092-8

Das Überleben überleben. Nachkommen von Überlebenden des Holocaust stellen ihre Familie, 1998

VHS (2 saat 45 dakika). ISBN 3-89670-074-X

Die Toten. Was Opfer und Taeter versöhnt, 1999

VHS (60 dakika). ISBN 3-89670-163-0

Wo Ohnmacht Frieden stiftet. Familien-Stellen mit Opfern von Trauma und Schicksal, 2000

3 VHS (6 saat). ISBN 3-89670-082-0

Wo Ohnmacht Frieden stiftet. Familien-Stellen mit Opfern von Trauma und Schicksal, 2000

270 sayfa. ISBN 3-89670-111-8

(Video kasetin kitabı)

[3] Stasi - Doğu Alman polisi. Ç.N.

[4] Aile Rekonstrüksüyonu - Virginia Satir'in kurucusu olduğu bir aile terapi yöntemi –Ç.N.

[5] Almanca'da Schuld sözcüğü suç ve borç olmak üzere iki anlam taşıyor –Ç.N.

[6] Duineser Elegien (Duino Ağıtları, İz Yayıncılık. Ç.N.)

[7] Die Kunst, als Paar zu leben

[8] Metnin aslında homerik gülüş (homerisches Lachen) olarak geçiyor. "Mutluluk dolu tanrıların dinmeyen kahkahaları" dizesine dayalı bir deyiş -Ç.N.

[9] Burada söz konusu olan Johann Wolfgang von Goethe -Ç.N.

[10] Senaryo analizi adı verilen yöntemde kişinin kendisini çocukluğu ve yetişkinliğinde en çok etkileyen masal, öykü ele alınır. Bunun, kişinin yaşamını bilinçaltından biçimlendiren dinamikleri yansıttığından yola çıkılarak analiz yapılır -Ç.N.

[11] Friede: Barış, iç huzuru, ebedi huzur ve Hof: Avlu ya da saray anlamlarına gelen sözcüklerden oluşuyor -Ç.N.

[12] İnce hastalığın Almanca karşılığı sayılabilecek Schwindsucht, schwinden -kaybolmak, yok olmak, metindeki anlamıyla "gitmek"- ve sucht –düşkünlük, bağımlılık- sözcüklerinden oluşuyor –Ç.N.

[13] Konfirmasyon: Protestan kilisesinde törenle cemaate kabul –Ç.N.

[14] Grimm kardeşlerden bir masal. Değirmenci, krala kızının samanı altına dönüştürdüğünü anlatır. Kral kızı alıp bir odaya kapatır. Kız ya babasının dediği gibi yapacak ya da ölecektir... Ç.N.

[15] İlk Çığlık Terapisi adıyla Arıtan Yayınevi tarafından Türkçeye çevrilerek yayınlanmıştır (1997) -Ç.N.

[16] Kışkırtıcı terapi -Ç.N.

[17] Grimm kardeşlerden bir masal. Efendisinin yanında yedi yıl çalışan Hans, çalışmasının karşılığı bir kese altınla evine, annesine doğru yola

koyulur. Yolda altını atla, atı inekle, ineği domuzla, domuzu kazla, kazı biley taşıyla takas eder. Taşı da yitirip eve eli boş döner. Ç.N.